ESTA LUZ EM SI MESMO

O VERDADEIRO SIGNIFICADO DA MEDITAÇÃO

Tradução: Amadeu António

Texto integral do Livro: “This Light in Oneself" 1999
Tradução de Amadeu Duarte - 2002

Prefácio

Com a aproximação do final daquilo a que maior parte do mundo ocidental convencionou chamar o segundo milénio, por entre animados projectos para a sua celebração, podemos perceber ao nosso redor espantosos avanços conseguidos no campo da medicina, da tecnologia, o livre acesso á informação e ao conhecimento - mas também a guerra, a miséria, a fome, a corrupção existente na política e na religião, tumultos, a deterioração do meio ambiente, o terrorismo e igualmente a enorme infelicidade existente mesmo entre os mais abastados.

Durante séculos voltamo-nos para o exterior - em busca de líderes religiosos, conselheiros, terapeutas, *"educadores",* e especialistas, entidades que acumularam e manipularam informação de uma complexidade incrível - a fim de procurarmos resolver as nossas revoltas e violências, pessoais e sociais. No entanto, os problemas fundamentais — como o medo, o conflito, o relacionamento e a falta de sentido para a vida — esses prevalecem.

Durante os largos anos em que J K se achou aberto ao diálogo com pessoas de todos os níveis sociais e proferiu palestras para enormes audiências pelo mundo fora, falou sobre a necessidade de olharmos para dentro de nós a fim de tratarmos de nos conhecer — se quisermos compreender o indivíduo que somos, e, por conseguinte, os conflitos profundamente enraizados da sociedade, porque, *"nós somos o mundo"* e o nosso caos particular é origem da desordem total.

As páginas que se seguem, extraídas de palestras jamais publicadas anteriormente oferecem-nos uma percepção esclarecedora a respeito de como encontrar a fonte da verdadeira liberdade, sabedoria e bondade da humanidade.

Ray McCoy

Uma Nova Consciência

Necessitamos de uma nova consciência e de uma moralidade completamente diferente a fim de podermos efectuar uma mudança radical na estrutura cultural e social da actualidade.

Isso é bastante evidente apesar das fações da Direita da Esquerda e dos revolucionários o não considerarem como importante. Todo o dogma, fórmula e ideologia fazem parte da consciência antiquada e são invenções do pensamento cuja actividade forma a fragmentação - seja a da esquerda, da direita ou do centro. Essa actividade conduzirá ao inevitável derramamento de sangue dessa s fações, ou então ao totalitarismo. Isso é o que está a acontecer ao nosso redor.

Podemos perceber a necessidade de mudança social, económica e moral porém a nossa resposta procede sempre dessa consciência antiquada, em que o pensamento desempenha o papel preponderante. É na área dessa consciência *"velha"* que tem origem a confusão, a desordem e infelicidade, em que os seres humanos caíram e se não alterarmos isso de um modo profundo, toda a actividade humana — política, económica ou religiosa — só nos conduzirá à nossa própria destruição e à destruição da Terra. Isso é bastante óbvio.

Temos de ser uma luz para nós mesmos, porquanto essa luz constitui toda a lei. Não existe outra lei além dessa. Todas as demais são criadas pelo pensamento e, como tal, são fragmentárias e contraditórias. Mas ser uma luz em si mesmo significa não seguir a luz de nenhuma outra pessoa, por mais racional, lógica, histórica ou convincente essa luz possa ser. E se andarmos mergulhados nas trevas da autoridade, do dogma ou da conclusão nesse caso não poderemos ser uma luz para nós mesmos. A moral não pode ser edificada com base no pensamento; ela não é o resultado das pressões do meio nem pertence ao passado, que forma a tradição. A moral é filha do amor, mas o amor não reside no desejo nem no prazer. O prazer sensorial ou sexual não é amor.

A liberdade está em sermos uma luz para nós mesmos. Então ela deixará de ser uma abstração, uma coisa arquitectada pelo pensamento. A verdadeira liberdade significa sermos livres da dependência, livres do apego e do anseio de toda a experiência. Ser livre da estrutura do pensamento equivale a ser uma luz para si próprio, luz essa que possibilitará toda a ação, jamais contraditória. A contradição só existe quando essa luz é distinta da ação; quando aquele que age se acha separado da ação. O *«ideal»*, o *«princípio»*, é um movimento

estéril do pensamento que não pode coexistir com essa luz pois ela é a negação disso. Enquanto existir um observador essa luz e esse amor não poderão fazer-se presentes.

A estrutura do pensador é criada pelo pensamento, que em si jamais é novo ou livre. Mas não existe nenhum «como», sistema nem pratica. Trata-se somente de percebermos- isso engloba toda a ação. Têm de ser capazes de perceber, porém, não pelos olhos de outra pessoa. Essa luz, essa lei não é vossa nem de mais ninguém pois é única. É amor.

24 Set. 73

O Milagre da Atenção

Não poderemos colocar todas as ideias, teorias e conceitos de lado e investigar por nós mesmos se existirá na vida alguma coisa sagrada, que não se fique pela palavra, pela descrição?

A palavra não é a coisa- do mesmo modo que a descrição não é aquilo que é descrito. Não poderemos pois descobrir uma verdade duradoura, algo real, que não seja o produto da imaginação nem da ilusão, do capricho nem do mito?

Para o podermos descobrir temos de pôr completamente de lado toda a espécie de autoridade — especialmente a espiritual — porque qualquer forma de autoridade implica conformismo, obediência e aceitação de diversos padrões.

A mente tem de ser capaz de manter-se só e de ser uma luz para si própria. Para aquele que pretenda investigar a questão da existência do eterno e do intemporal- que não é mensurável pelo pensamento — de tal forma que isso possa operar no seu viver diário, é de todo irrelevante seguir o exemplo traçado por outros, pertencer a um grupo ou seguir os métodos de meditação tradicionais ou estabelecidos por uma autoridade qualquer.

Se essa meditação não fizer parte do nosso viver diário nesse caso deverá tratar-se de um escape, completamente inútil. Isto implica que temos de permanecer sós. Consolidar essa observação distanciada da consciência é diferente de se isolar. Existe uma enorme diferença entre a solidão e a capacidade de permanecer assim só, nessa clareza de percepção; liberto de toda confusão e contaminação oriunda da influência.

Interessa considerar a vida no seu todo e não somente um segmento ou fragmento dela- tudo aquilo que fazemos e pensamos, aquilo que sentimos e o modo como nos comportamos. E se a considerarmos na sua totalidade provavelmente não podemos pegar num fragmento- que é aquilo que é representado pelo pensamento — e tentar resolver com ele todos os nossos problemas. O pensamento pode investir-se de autoridade para congregar todos os outros fragmentos todavia esses fragmentos foram todos criados pelo pensamento.

Nós fomos condicionados a pensar em termos de progresso e conquista gradual; as pessoas acreditam numa evolução psicológica mas será que existe de facto um *"eu"* que chegue a ser alguma coisa — psicologicamente — além do que é projectado pelo pensamento? Contudo, para podermos descobrir a existência de algo que não seja mera projeção do pensamento, e que não seja nem uma ilusão nem um mito temos que averiguar se o pensamento poderá ser controlado, suspenso, suprimido, de forma que isso proporcione uma mente que fique imóvel.

O controlo pressupõe a existência daquele que controla e da coisa controlada, não é mesmo? Mas quem é esse que controla?

Não será ele também uma criação do pensamento, um dos seus fragmentos, que assumiu autoridade como controlador? Se conseguirmos objectivar a verdade disso então perceberemos que aquele que controla é a coisa controlada; aquele que experimenta é a coisa experimentada e o pensador é o pensamento. Não mais se trata de duas entidades separadas. Se compreendermos isso não existirá mais necessidade de controlo. E se não existir mais um controlador — por percebermos ser ele a coisa controlada — que poderá então suceder?

Enquanto subsistir divisão entre o controlador e a coisa controlada deverá haver conflito e desperdício de energia. Já se o controlador for a coisa

controlada tal desperdício não ocorrerá, e nesse caso toda a energia dissipada pela supressão e pela resistência — ocasionada pela divisão entre controlador e controlado — sofrerá um acréscimo.

Quando não mais existir essa divisão poderemos usufruir de toda essa energia para galgar aquilo que pensávamos dever ser controlado.

Temos que entender com toda a clareza que na meditação não pode haver controlo nem disciplina do pensamento porque aquele que disciplina o pensamento é um fragmento desse pensamento; aquele que controla o pensamento é ainda um fragmento do pensamento. Se pudermos perceber a verdade disso então possuiremos toda a energia que foi dissipada através da comparação, através do controlo, da supressão, para podermos transcender aquilo que *"é"* no presente.

Estávamos a indagar se a mente não será capaz de permanecer absolutamente imóvel porque aquilo que está quieto possui imensa energia. Na verdade dá-se um consumar das nossas energias todas. Poderá a mente — que está constantemente irrequieta e a tagarelar- o que representa a ação do pensamento constantemente a voltar-se no tempo, num acto de recordação, a acumular conhecimento, numa constante mudança —permanecer completamente imóvel?

Já alguma vez procuraram descobrir se o pensamento poderá permanecer imóvel?

Como haverão de descobrir o modo de aquietar o pensamento? Porque, o pensamento é tempo e tempo é movimento- o tempo é mensurável; vocês utilizam a avaliação e a comparação tanto física como psicologicamente, na vida do dia-a-dia. Mas isso significa medir; comparar significa medir. Mas, não poderão viver uma vida diária isenta de comparação? Não poderemos parar completamente de comparar, não através da meditação mas no nosso viver diário? Escolhemos quando temos de estabelecer uma diferença entre dois materiais, entre esta ou aquela peça de tecido, quando comparamos dois carros ou parcelas do conhecimento, porém o facto é que- psicologicamente, *interiormente*- nós nos comparamos com os outros. Mas, quando essa comparação chegar a cessar- como acabará por acontecer- não poderemos então permanecer completamente sós- num todo singular?

Porque é isso que está implícito na ausência de comparação — o que não significa que devamos permanecer num estado vegetativo.

Desse modo não poderemos levar uma vida diária isenta de comparação? Façam-no ainda que por uma só vez e poderão descobrir o que isso implica. Porque nesse caso livrar-nos-emos de todo um fardo pesado, e quando nos livramos de uma carga desnecessária passamos a conservar mais energias.

Já alguma vez deram atenção a alguma coisa de forma completa? Vocês estão a prestar atenção ao que o orador está a dizer? Ou estão a escutar com a mente comparativa que adquiriu um certo tipo de conhecimento, e está a comparar aquilo que está a ser dito com o que já sabem? Não estarão a interpretar o que está a ser dito de acordo com o vosso conhecimento, com as vossas próprias inclinações e preconceitos? Porque isso não é atenção. Mas se prestarem atenção, com todo o vosso corpo, os vossos nervos, os vossos olhos, os vossos ouvidos, a vossa mente — com todo o vosso ser, então não existirá centro nenhum a partir de qual prestam atenção; existirá somente atenção. E essa atenção representará um estado de completo silêncio.

Tenham a bondade de escutar porque infelizmente mais ninguém lhes falará destas coisas; prestem atenção ao que está a ser dito pois o próprio acto de escutar constitui o milagre da atenção. Nessa atenção não existem limites nem obstáculos; por conseguinte, essa atenção não toma direção nenhuma. Existe somente atenção e onde essa atenção estiver presente não existirá eu nem tu; não existirá dualidade, nem observador e observado enquanto coisas distintas.

Mas isso não é possível enquanto a mente se mover numa direção específica.

Nós fomos educados e condicionados a mover-nos em determinadas direções — como daqui para acolá — de modo que chegamos a possuir uma ideia, um conceito, uma fórmula do que a realidade constitua, uma ideia da existência de uma benção, uma existência de algo para lá do pensamento e fazemos disso um objectivo, um ideal, uma direção, em direção do que passamos a mover-nos. Mas, quando caminhamos numa direção qualquer não podemos ter espaço. Quando nos concentramos, caminhamos ou pensamos numa certa direção deixamos de possuir espaço mental.

Do mesmo modo que deixamos de possuir quando a mente se encontra apinhada de múltiplas formas de apego e medo, ou se lança na busca do prazer, do desejo de poder e posição. Nesse caso a mente fica sobrelotada e não poderá conter espaço nenhum. E é necessário possuir espaço mental pois onde há atenção não pode haver direção mas tão só espaço.

A meditação implica a inexistência de qualquer movimento mental. Isso significa que a mente se deve encontrar completamente imóvel, sem se mover em nenhuma direção, não subsistindo desse modo movimento nenhum formado pelo tempo ou pelo pensamento. Se perceberem a verdade disso e não somente a mera verbalização da coisa — aquela verdade que não é passível de ser descrita — então resultará essa mente imóvel e silenciosa. E é necessário possuir uma mente assim silenciosa, não propriamente para se poder dormir mais nem para executar melhor as nossas tarefas ou para ganhar mais dinheiro! A vida da maioria das pessoas é pobre e vazia. Conquanto elas possam usufruir de muitos conhecimentos a maioria das suas vidas é pobre, incompleta, infeliz e contraditória; tudo isso forma essa pobreza. As pessoas desperdiçam a sua vida tentando tornar-se interiormente ricas, cultivando várias formas de virtude e todo esse contra-senso e tolice.

Não quero dizer que não necessitemos de virtude, porém, a virtude significa ordem, e nós só podemos compreender a ordem quando atendermos á nossa própria desordem. Mas o facto é que conduzimos uma forma de vida desordenada — com toda a contradição, confusão, múltiplos desejos peremptórios, dizer uma coisa e fazer outra, seguir ideais, com toda a divisão existente entre nós e o ideal- tudo isso é desordem. Mas se tivermos consciência disso e lhe dermos inteira atenção, dessa atenção poderá resultar uma ordem que em si é virtude — uma coisa viva e não inventada, tampouco praticada ou desvirtuada.

A meditação, na vida de todos os dias, consiste na transformação da mente e constitui uma revolução psicológica de tal forma que podemos viver uma vida sem teorias, sem ideais, e ter compaixão, sentir amor e energia para poder transcender a mesquinhez, a estreiteza e a superficialidade em toda a extensão desse viver.

Quando a mente se acha em silêncio- verdadeiramente imóvel e não *imobilizada* por ação do desejo ou da vontade- então passa a existir todo um movimento completamente diferente que não se circunscreve no tempo.

Vejam bem, não faria sentido estarmos aqui a aprofundar a questão porque tal coisa não passaria de uma referência verbal, e, por isso mesmo, irreal. Aquilo que realmente importa porém, é a arte da meditação.

Um dos sentidos da palavra *arte* significa colocar cada coisa no seu devido lugar; colocar tudo aquilo que é pertinente ao *nosso viver diário* no seu devido lugar, de modo que daí não resulte nenhuma confusão. Quando o nosso procedimento for imbuído de ordem e correção e formos capazes de manter a mente num estado de perfeita serenidade em meio a todo o nosso viver diário então essa mente descobrirá por si mesma da existência ou não desse estado imensurável. Mas até que sejam capazes de o descobrir- o que constitui a mais elevada forma de santidade, a vida poderá tornar-se enfadonha e destituída de sentido.

Por essa razão a meditação correcta é algo que se torna absolutamente necessário, a fim de possibilitar que a mente se revigore, se renove e se torne inocente. *Inocência* implica incapacidade de sentir-se magoado. Mas tudo isso está implícito na meditação, que não se acha separada do nosso viver diário. Necessitamos de meditação mesmo para a compreensão do nosso viver do dia-a-dia; ou seja, prestar toda a atenção ao que fazemos — quando conversamos com alguém, o modo como caminhamos, como pensamos, e aquilo que pensamos — prestar atenção total a isso faz parte do processo da meditação.

A meditação não é uma forma de evasão nem algo misterioso, mas dela pode provir um modo de vida santificada, um modo de vida sagrada a partir do que passaremos a tratar tudo como expressão do sagrado.

25 Março 1975

A Realização da Generosidade

Porque razão foi o Homem incapaz de mudar? Ele tem mudado um pouco aqui e um pouco acolá somente e no final vem reclamar por uma sociedade equitativa. Contudo, carrega não só um anseio de ordem tanto em si mesmo como nas suas relações (íntimas ou de outro carácter qualquer) como também a esperança por algum tipo de paz para o mundo, ao mesmo tempo que se isola a fim de se desenvolver e descobrir algum tipo de beatitude.

Se observarmos bem esta tem sido a nossa demanda ao longo da historia, desde as épocas mais remotas. No entanto, quanto mais o homem se torna civilizado mais desordem cria e mais guerras faz surgir. Jamais esta nossa Terra conheceu alguma época em que não decorresse uma única guerra, ou em que o homem não matasse o seu semelhante; em que uma religião não dominasse e destruísse as outras ou uma instituição que não procurasse suprimir as outras.

Se por acaso já tomaram consciência de toda esta luta infindável, alguma vez se interrogaram da possibilidade de vivermos neste mundo de modo feliz e inteligente, e sem toda essa luta que ocorre tanto no nosso íntimo como exteriormente? Não quer isto dizer que devamos debandar nem deixar tudo para integrar uma comunidade qualquer ou tornar-nos monges ou eremitas, mas sim que devemos viver de um modo sensato. Se já o fizeram, e espero que o estejam a fazer presentemente, à medida que nos encontramos a pensar juntos, então deveis exigir uma sociedade melhor.

Criar uma sociedade justa constituiu o sonho tanto dos antigos hindus como dos gregos e egípcios da antiguidade. Mas uma sociedade melhor só pode existir quando a humanidade for justa, porque se for justa criará bondade nas suas relações, de um modo natural, com suas ações e modo de vida.

Mas por *"bom"* refiro-me igualmente àquilo que é belo. *"Bom"* significa também aquilo que é santificado, aquilo que está relacionado com *Deus* e os mais elevados princípios. Por isso a palavra *"bom"* precisa ser bem entendida. Quando possuírem um sentimento autentico de bondade então tudo aquilo que fizerem será bom, seja nas vossas relações, nas vossas ações ou na vossa maneira de pensar. Pode-se captar todo o significado dessa palavra de modo instantâneo bem como a extraordinária qualidade que possui.

Por favor, ponderem juntamente comigo sobre tudo isto porque se estiverem com vontade de o fazer de um modo determinante isso afectará a vossa consciência, a maneira como pensam e todo o vosso modo de vida. Por isso prestem um pouco de atenção à compreensão dessa palavra. A palavra não é a coisa. Eu posso descrever uma montanha da forma mais bela e pintá-la, ou compor um poema, todavia, a palavra, a descrição, o poema não são essa realidade descrita. Geralmente, porém, a descrição e a palavra emociona-nos e torna-nos irracionais.

A bondade não é o contrário daquilo que é mau; a bondade não possui nenhuma relação com o que é feio ou mau, nem com o que carece de beleza. Ela existe por si só. Se disserem que o bem resulta do mau, do mal, do feio, da brutalidade, então esse bem deverá possuir em si esse mesmo mal; portanto o bem não deve possuir relação nenhuma — e na verdade não possui — com aquilo que não comporta bondade.

Não existe qualquer possibilidade de o bem existir quando há aceitação de autoridade- seja de que tipo for. A autoridade é uma coisa muito complexa. Há a autoridade das leis, que o homem reuniu ao longo das eras, há as leis naturais, as leis da experiência a que obedecemos, as leis das nossas reações mesquinhas que dominam a nossa vida, e por fim as leis das instituições, as leis das crenças organizadas- os dogmas das chamadas religiões. Mas aquilo que estou a afirmar é que a bondade não tem relação nenhuma com a autoridade.

Examinem muito bem isso. A bondade não é busca de conformismo. Bondade não é acomodar-nos a uma crença, a um conceito, a uma ideia ou princípio, porquanto tudo isso cria conflitos. A bondade também não pode desenvolver-se por intermédio de outra pessoa, seja ela uma figura religiosa ou um dogma, uma crença etc.; só poderá florescer no solo da completa atenção, onde não existe nenhum tipo de autoridade. A essência da bondade está naquela mente que não possui conflitos. A bondade implica a posse de uma enorme responsabilidade — porque não podemos ser justos e permitir que ocorram guerras. Portanto, uma pessoa de boa índole é completamente responsável por toda a sua vida.

Estávamos a perguntar se nós, que vivemos numa sociedade que sofre todas as pressões das instituições, das crenças e da autoridade das pessoas religiosas, poderemos ser justos, porque somente se forem justos, se enquanto seres humanos forem absolutamente justos- de forma absoluta e não parcial- se poderá criar uma sociedade diferente. Será pois possível vivermos num mundo assim e casar, ter filhos, emprego e não obstante sermos justos? Estamos a usar a palavra com um sentido de uma enorme responsabilidade, cuidado, atenção, diligência, amor. A palavra *bom, justo,* contém tudo isso. Será isso possível para vós que se interessam e escutam? Se não for possível então simplesmente aceitem a sociedade da forma que ela é.

Criar uma sociedade que seja diferente, uma sociedade essencialmente boa, no contexto em que venho empregando a palavra, exige enorme capacidade de energia. Exige toda a nossa atenção, ou seja, o emprego das nossas energias. Enquanto seres humanos somos dotados de uma energia imensa; quando queremos fazer alguma coisa simplesmente fazemo-la. Portanto, que será que impede todo o ser humano de ser completamente justo? Que barreira ou espécie de bloqueio? Porque não somos nós, seres humanos, completamente justos, de forma sensata?

Aquele que for bom observador perceberá o estado em que o mundo se encontra e perceberá igualmente que ele é o mundo; que o mundo não é diferente dele. Perceberá que ele criou o mundo a sociedade e as religiões com os seus inúmeros dogmas, crenças, rituais, com todas as separações, distinções e fações. Os seres humanos criaram tudo isso. Será, pois, isso que nos impedirá de ser justos? Ou será porque acreditamos ou nos envolvemos demais com os nossos problemas do sexo, do medo, da ansiedade, da solidão, da necessidade de satisfação e de identificação com uma ou outra coisa? Será isso que impede o ser humano de ser justo?

Se essas coisas constituírem um impedimento, então não possuirão valor nenhum. Se perceberem que toda a forma de pressão — oriunda seja de que direção for, inclusive a vossa própria crença, os vossos princípios, os vossos ideais- deverá constituir um impedimento total ao florescimento dessa qualidade da bondade então devem afastá-lo com toda a naturalidade sem equívocos nem conflitos, porquanto isso é uma coisa estúpida.

O enorme caos e desordem que prolifera e se espalha por todo o mundo constitui uma verdadeira ameaça à vida. Assim, qualquer pessoa honesta que seja boa observadora de si própria e do mundo ao seu redor deverá interrogar-se sobre isso.

Os cientistas, os políticos, os filósofos, os psicanalistas, ou gurus- venham eles de onde vierem, da Índia ou do Tibete, ou no vosso próprio país- jamais resolverão os problemas humanos. Ninguém virá resolvê-los. Temos de ser nós a resolve-los porque fomos nós que criamos esses problemas. Porém, infelizmente, não estamos dispostos a enfrentar os nossos problemas a fundo nem a pesquisar a razão porque vivemos tão preocupados connosco, com nosso modo de vida egoísta nem com o modo como somos.

Mas nós estamos a questionar a possibilidade de vivermos com bondade e toda a sua beleza, a sua pureza. Se não pudermos, então estaremos aceitando o perigo crescente do caos na nossa vida e na vida das nossas crianças e por aí adiante.

Terão vontade de investigar a fundo a questão de nos conhecermos a nós mesmos? Porque nós somos o mundo. Por todo o lado o ser humano sofre, psicológica e interiormente- seja qual for a cor da sua pele, a sua religião, a sua nacionalidade ou crenças, ele acha-se sujeito a enormes estados de ansiedade e de incrível solidão; o ser humano carrega uma enorme sentimento de desespero, depressão, uma sensação de total falta de sentido para o viver, da forma como vive. As pessoas são psicologicamente similares por todo o mundo; isso é um facto real e uma verdade.

Portanto, psicologicamente nós somos o mundo, e o mundo somos nós; quando compreendermos a nós mesmos estaremos a elaborar uma compreensão de toda a estrutura e natureza humana. Não se trata de uma simples investigação egoísta porque quando compreendemos a nós mesmos também nos transcendemos, e penetramos uma nova dimensão.

Mas, que nos fará mudar? Impactos de maior intensidade e brutalidade? Mais catástrofes? Formas de governo diferentes? Diferentes tipos de imagem? Diferentes tipos de ideal? Já tivemos uma grande variedade deles e no entanto não mudámos. Quanto mais sofisticada for a nossa educação mais *"civilizados"* nos tornaremos, no sentido de nos afastarmos da natureza; mas isso torna-nos desumanos. Que haveremos então de fazer?

Como nenhuma dessas coisas exteriores a mim me poderão valer- incluindo todos os deuses- então é evidente que só me resta compreender a mim mesmo. Tenho de perceber aquilo que sou e modificar-me completamente. Só assim poderá surgir essa bondade. Só assim poderemos construir uma sociedade que seja justa.

7 Abril 1979

A Clareza da Compreensão

Podíamos ficar a falar por tempo infindável, acrescentando palavras e mais palavras e chegar a várias conclusões mas, se em meio a toda essa

confusão verbal prevalecer uma ação clara essa ação valerá por dez mil palavras. A maior parte de nós tem medo de agir por nos acharmos confusos, infelizes e vivermos de modo desordenado e em contradição. Mas apesar de toda esta confusão e desta desordem sempre temos a esperança de que surja algum tipo de clareza de entendimento, uma clareza que não proceda de fora e que possa não ser obscurecida; uma clareza que não nos seja dada nem seja induzida e que não possa ser-nos tirada, mas possa ser preservada, por si só, sem qualquer esforço por parte da nossa vontade. Uma clareza de espírito destituída de todo o motivo, uma clareza que não tenha fim e, portanto, que seja destituída de começo.

A maioria de nós deseja alcançar uma clareza de entendimento assim — se alguma vez chegamos a estar de todo atentos à confusão interior. Vamos ver se podemos chegar a essa clareza de modo que a mente e o coração possam encontrar firmeza e serenidade, e sejamos capazes de aniquilar os problemas e os temores. Seria bastante proveitoso percebermos se podemos ser uma luz em nós próprios, uma luz que não seja dependente de ninguém, mas que seja inteiramente livre. Podíamos explorar essa questão de modo intelectual e analítico, retirando camada após camada a essa confusão e desordem, ao longo de dias, vários anos ou talvez durante a vida inteira, e ainda assim possivelmente não a encontrarmos. Podemos seguir o processo de análise das causas e efeitos mas talvez possamos deixar isso inteiramente de lado e chegar a essa clareza directamente ,sem o fazermos por intermédio da autoridade do intelecto.

Mas para isso requer-se a meditação. A palavra *meditação* foi bastante deturpada e adulterada; exactamente como aconteceu com a palavra *amor*, que actualmente se acha maculada. Todavia mantém-se bastante adequada e prenhe de significado. Existe muita beleza, não na própria palavra mas no significado que lhe subjaze. Vamos ver se conseguimos alcançar, por nós mesmos, um estado da mente que se ache constantemente em meditação. Para estabelecermos os alicerces dessa meditação temos que entender em que consiste a vida; a vida do mesmo modo que a morte.

A meditação consiste em compreender a vida e o extraordinário sentido da morte. Não se trata da procura de alguma experiência mística profunda nem da constante repetição de palavras, por mais antigas e santificadas que sejam porque isso não só deixará a mente aquietada como também entorpecida, estupidificada e hipnotizada. Bem que podemos tomar um tranquilizante do

mesmo modo, que será até muito mais fácil, porque a meditação não é repetição de palavras, nem auto-hipnose nem observância de sistemas nem métodos.

A experiência implica um processo de reconhecimento — ontem passei por determinada experiência que me conferiu prazer ou sofrimento; para vivermos inteiramente essa experiência devemos reconhecê-la. Mas o reconhecimento procede de algo que já ocorreu antes, e desse modo a experiência nunca será nova. A verdade jamais poderá ser experimentada; nisso está toda a sua beleza, pois ela é sempre nova e não está naquilo que aconteceu ontem. Aquilo que ocorreu ontem, esse incidente ou o que tenha sido, tem que ser completamente esquecido; deve ter sido vivido e terminado ontem. Porque carregar essa experiência na lembrança para ser avaliada em termos de conquista ou a fim de podermos descrever a sua extraordinária grandiosidade ou convencer os outros parece ser uma completa tolice.

Temos que ser bastante prudentes e cautelosos com relação á palavra *experiência* porque só podemos referir-nos a ela quando já tenhamos vivenciado uma dada coisa. Isso significa que tem que existir um centro- na qualidade de pensador ou observador- que retém e guarda a coisa vivenciada. Mas provavelmente não podemos experimentar a verdade. Enquanto existir um centro que recolhe; um eu; um pensador, a verdade não poderá residir aí. Do mesmo modo quando alguém diz ter experimentado o real- não acreditem; não aceitem a sua autoridade.

Nós sempre queremos aceitar alguém que nos promete alguma coisa em troca, por não possuirmos essa luz em nós mesmos. Mas ninguém lhes poderá dar essa luz, nenhum guru, mestre, salvador; *ninguém*! No passado aceitamos imensa autoridade e depusemos a nossa fé nos outros mas, ou eles nos exploraram ou fracassaram por completo. Por isso devemos desconfiar e negar toda a autoridade espiritual. Ninguém poderá dar-vos essa luz que não se apaga.

Seguir outra pessoa é imitar. Seguir implica não só a negação da própria luz, a nossa própria busca, a nossa integridade e honestidade; no seguir também está implicado que o motivo constitua uma recompensa. Mas a verdade não é uma recompensa! Se quisermos compreender a verdade temos que pôr de lado toda a ideia de recompensa e castigo. A autoridade implica medo, mas disciplinar-se pelo medo de não conseguir alcançar aquilo que esse

"explorador" apontou em nome da verdade ou da experiência, é negar a própria clareza de espírito, a própria honestidade. Se dissermos que *temos de* meditar, que temos de seguir um determinado caminho, um determinado sistema, é evidente que nos estaremos a condicionar a esse sistema ou método. Talvez consigamos obter aquilo que é prometido pelo método, contudo, isso não passará de um amontoado de cinzas porque a motivação assente na realização e no sucesso, tem o medo por base.

Entre nós não existe autoridade nenhuma. O orador não possui qualquer autoridade. Ele não está a tentar convencê-los de nada nem a pedir-lhes que o sigam. Quando seguem a orientação de alguém destroem essa pessoa. O discípulo destrói o mestre e por sua vez o mestre destrói o discípulo. Podem perceber isso através da história ou na vossa própria vida diária; quando a esposa ou o marido dominam o companheiro, ambos destroem-se mutuamente. Nessas condições não pode existir liberdade, beleza nem amor.

Se não estabelecermos as bases adequadas, com assento na ordem, numa clareza de ideias e intensidade de sentido então o pensamento deve tornar-se inevitavelmente recôndito, enganoso, ilusório, e por isso mesmo destituído de valor. O estabelecimento desses alicerces, dessa ordem, constitui o começo da meditação. A nossa vida, essa vida que levamos desde o momento em que nascemos até que morremos — o casamento, os filhos, o trabalho e as realizações, tudo isso é um campo de batalha não só interior como também tem lugar fora de nós, na família, no escritório, no grupo e na comunidade. Essa vida é uma luta constante.

É a isso que nós chamamos viver: dor, receios, ansiedade e uma enorme tristeza que nos acompanha qual uma sombra. A nossa vida é isso.

Talvez uma pequena minoria seja capaz de observar essa desordem sem recorrer a desculpas aleatórias para justificar a própria confusão- apesar dessas causas externas existirem. Talvez uma pequena minoria possa observar e obter conhecimento dessa sua existência; olhá-la não só ao nível consciente como também a um nível mais profundo, sem aceitar nem negar tal confusão; essa terrível bagunça que existe em nós e no mundo ao nosso redor. Há de ser sempre uma pequena minoria a produzir toda a mudança vital.

Muito foi já escrito sobre a mente inconsciente, especialmente no Ocidente. Isso chegou mesmo a assumir um significado extraordinário.

Todavia ela é tão trivial quanto a mente consciente. Se não, observem por vós mesmos. Se o fizerem perceberão que aquilo que é chamado de inconsciente constitui um resíduo da raça, da cultura, da família e dos vossos próprios motivos e apetites. Está tudo aí, oculto. Além disso a mente consciente acha-se ocupada com a rotina da vida diária, com a ida para o escritório, com o sexo, etc. Dar importância tanto a uma como a outra parece ser um acto completamente inconsequente. Ambas possuem muito pouco sentido, á excepção de que a mente consciente deve possuir um acervo de conhecimentos técnicos para poder garantir o próprio sustento.

Essa luta constante, travada tanto no nosso íntimo — a um nível profundo- quanto no superficial, reflecte todo o modo como vivemos. Trata-se de um viver de desordem, confusão, contradição e infelicidade; mas a meditação da mente que se acha presa nessa condição, é uma coisa absurda e infantil. Meditar é fazer brotar ordem em meio a essa confusão, mas não através do esforço porque todo o esforço distorce a mente. Para ser capaz de perceber a verdade a mente tem que possuir clareza sem nenhuma distorção nem compulsão e sem direccionamento nenhum.

Assim, temos que estabelecer correctamente os alicerces, antes de mais. Ou seja, tem de haver virtude. Ordem é virtude. Mas esta virtude não tem nada que ver com a moralidade social como nós a entendemos. A sociedade impôs-nos uma certa moralidade mas essa sociedade é um produto de todo o ser humano. E assim, com essa moral, a sociedade diz-nos que podemos ser gananciosos, diz-nos que podemos matar em nome de Deus, em nome da pátria ou em nome de um ideal; diz-nos que podemos ser competitivos e invejosos- tudo ao abrigo da lei. Mas tal moralidade não possui nada de moral. Devemos negar completamente essa moralidade em nós para podermos alcançar virtude. Nisso reside a beleza da virtude. Porque a virtude não é um hábito nem uma coisa que pratiquemos dia após dia. Isso é uma rotina mecânica destituída de significado.

Ser detentor de virtude implica conhecimento da própria desordem, essa desordem que passa pela contradição interior, pela tirania dos vários desejos de prazer, ambição, ganância, inveja e medo. Essas são as causas da desordem, tanto dentro como fora de nós. Tomar consciência disso significa tomar contacto com a desordem. Mas só podemos tomar contacto com a desordem quando não a negarmos, quando não lhe procurarmos desculpas nem culpabilizarmos os outros por ela.

A ordem não é algo que estabeleçamos mas que passa a *existir* por meio da negação da desordem. A virtude, que em si mesma é ordem, resulta do conhecimento da completa natureza e estrutura da desordem. Isso é bastante simples se observarmos o quanto nós somos completamente desordenados e contraditórios, e como odiamos quando pensamos amar.

Tal é o princípio da desordem e da dualidade; mas a virtude não é o resultado da dualidade (de factores psicológicos). A virtude é uma coisa viva, uma coisa para ser colhida diariamente; não a repetição de uma determinada coisa a que no passado se chamou virtude. Isso é um acto mecânico destituído de valor. Portanto, tem de existir ordem. Isso faz parte da meditação.

Ordem significa beleza, mas a nossa vida possui muito pouca beleza. A beleza não é feita pelo homem, nem está no quadro exposto — seja moderno ou antigo; não está no edifício, nem na escultura, na nuvem que passa, na folha de árvore, na água. A beleza está onde existir ordem- na mente que se acha livre da confusão, e que se encontra em absoluta ordem. Mas só poderá haver ordem quando existir a atitude de completa negação de si mesmo e o *"eu"* não mais possuir importância nenhuma. O fim do *"eu"* faz parte da meditação; isso é a *única* meditação.

Temos vivido na esfera do pensamento. Temos dado uma importância tremenda ao pensar mas o pensar é uma coisa antiquada; o pensar nunca será novo pois é uma extensão da memória. E se vivermos desse modo, é óbvio que terá de haver algum tipo de continuidade. Mas será uma continuidade morta, uma coisa gasta, uma coisa antiquada; só aquilo que termina pode dar lugar a algo novo. Assim, importa bastante compreender o morrer. Morrer para tudo aquilo que é conhecido.

Já alguma vez o tentaram? Livrar-se do conhecido, das nossas recordações, ainda que só por alguns dias; livrar-se da sensação de prazer sem qualquer tipo de argumentação ou medo. Morrer para a nossa família, para a nossa casa, para o nosso nome, tornar-se completamente anónimo. Somente a pessoa que for completamente anónima e que se achar num estado de não-violência poderá ser livre da violência. Por isso morram para cada dia, não como uma ideia mas de verdade. Experimentem isso durante algum tempo.

Coleccionamos tanta coisa, não apenas livros casas e contas bancárias, como também interiormente: as recordações de ofensas, de lisonja, as recordações das nossas experiências particulares assim como realizações neuróticas que nos proporcionam posição social. Experimentem morrer para tudo isso sem argumento, sem discussão, sem medo nenhum, desistindo apenas de tudo isso. Experimentem-no alguma vez e verão.

Fazê-lo psicologicamente- sem desistir da vossa esposa ou marido, nem dos vossos filhos nem do vosso lar- porém interiormente- significa não estar apegado a coisa nenhuma. Nisso reside uma grande beleza. E afinal isso é amor, não será? O amor não é apego. Quando existe o sentimento de apego existe medo. E o medo torna-se inevitavelmente autoritário, possessivo, opressivo e dominante.

A meditação está na compreensão da vida; na instauração da ordem. Ordem é virtude, o que, por sua vez, é luz. Mas essa luz não pode ser acesa por ninguém, por mais experiente, mais inteligente, erudito ou espiritual que esse alguém seja. Ninguém na terra nem no céu poderá acendê-la excepto vós mesmos, pela compreensão de vós próprios, por meio da meditação.

Morrer para tudo que está dentro de nós! Porque o amor é revigorado e inocente, jovial e cheio de clareza. Se estabelecermos em nós mesmos essa ordem, essa virtude, essa beleza, poderemos passar além. Isso significa que a mente estabelece uma ordem que não pertence ao pensamento e se torna absolutamente tranquila e silenciosa, de modo natural e sem força nem disciplina nenhuma. E se vivermos diariamente nesse silêncio poderemos desempenhar todo o tipo de ação, à luz desse amor.

Se tiverem tido a sorte de chegar até este ponto então verão que nesse silêncio existe um movimento diferente que não pertence ao tempo nem á palavra, e tampouco é passível de ser avaliado pelo pensamento, por ser sempre novo. É desse algo imensurável que o homem desde sempre tem andado à procura. Mas nós temos de nos chegar a ele, porque ele não nos pode ser dado. Ele não está na palavra nem no símbolo; isso são coisas destrutivas. Mas para que isso surja devemos possuir completa ordem, beleza e amor. Portanto temos que morrer para tudo o que psicologicamente conhecemos de modo que a mente obtenha clareza, e possa ter objectividade, podendo desse modo ver as coisas tal como elas são, tanto exterior como interiormente.

19 Maio 1968

A Investigação da Verdade

Será que existe alguma coisa na vida que seja sagrada, alguma coisa não inventada pelo pensamento? O homem vem a interrogar-se sobre isso desde tempos imemoriais. Existirá alguma coisa para lá desta confusão, desta infelicidade composta de trevas e ilusões, alguma coisa além das instituições e reformas? Existirá alguma coisa verdadeira que se situe além do tempo, algo tão imenso que o pensamento não consiga alcançar?

O homem sempre pesquisou isso mas, aparentemente, só umas quantas pessoas gozaram de liberdade para poder penetrar nesse mundo. Desde a antiguidade que a figura do sacerdote se vem colocando entre aquele que busca e aquilo que ele espera achar, interpretando e destacando-se como *"aquele que sabe"*- ou pensa que sabe! — enquanto que aquele que procura é deixado à margem, e segue transviado e perdido.

O pensamento, faça o que fizer, nunca é sagrado. É um processo tão material como nós. No entanto o pensamento dividiu as pessoas em religiões e nacionalidades. O pensamento brota do conhecimento mas o conhecimento jamais é completo- seja com relação ao que for- e como tal deverá ser sempre limitado e separativo. E onde imperar a ação separativa deverá existir conflito, seja sob a forma de comunismo e capitalismo, árabes e judeus ou hindus e muçulmanos. Todas essas divisões têm origem no processo do pensamento, mas onde imperar a divisão deverá haver conflito. Isso é lei. Nada daquilo que tenhamos criado com base no pensamento é sagrado- seja nos livros ou nas igrejas, nos templos ou nas mesquitas; nenhum símbolo é sagrado. Não se trata de religião mas sim duma forma de pensar e duma reação superficial ao que denominamos de "sagrado".

Para podermos explorar a questão da verdade devemos reunir todas as nossas energias e ser cuidadosos para não agir de acordo com um padrão estabelecido mas, ao invés, observarmos os próprios pensamentos, os nossos sentimentos, os nossos antagonismos e medos e irmos além, de modo a que a mente possa encontrar completa liberdade. Para podermos explorar o que há de mais sagrado, o inominável, o intemporal, obviamente que não podemos pertencer a nenhum grupo nem religião, nem podemos sustentar crença

nenhuma nem fé, porque toda a fé e crença postulam a verdade de uma coisa que pode bem não existir.

É próprio da crença aceitar uma coisa qualquer como verdadeira sem questionarmos o seu objecto através de investigação de nós próprios, pelo emprego da toda a nossa energia e vigor. Nós acreditamos porque a crença traz-nos algum tipo de segurança e conforto, mas aquele que busca o mero conforto psicológico jamais atingirá aquilo que se encontra além do tempo. Portanto temos de fazer uso de toda a liberdade. Será possível sermos livres de todos os nossos condicionamentos psicológicos?

O condicionamento biológico é natural mas o psicológico- o ódio, o antagonismo, o orgulho e tudo aquilo que produz confusão — perfaz a própria natureza do ego, que é formado pelo pensamento.

Para o descobrirmos necessitamos de toda a atenção- e não concentração. Meditar é verdadeiramente importante porque se a mente se tornar meramente mecânica, como o pensamento é, jamais poderá atingir aquilo que é total, a suprema ordem e, portanto, a liberdade completa. O universo contém a mais perfeita ordem. Só a mente humana se acha em desordem; contudo necessitamos de uma mente extraordinariamente ordenada, uma mente que tenha compreendido a desordem e se veja livre da contradição, da imitação e do conformismo. Uma mente assim poderá prestar atenção, e ficar inteiramente atenta para com o que faz e todas as suas atitudes no campo do relacionamento.

Mas atenção não quer dizer concentração. A concentração é um processo restritivo, estreitecedor e limitado, enquanto que a atenção não tem limites. A atenção possui aquela qualidade de silêncio- mas não o silêncio inventado pelo pensamento nem o silêncio que sucede ao barulho, tampouco o silêncio entre um pensamento e outro. Tem que ser aquele silêncio que não é criado pelo desejo, nem pela vontade nem pelo pensamento. Nessa meditação não existe controlador.

Em todos os sistemas inventados pelos mais diversos grupos sempre podemos achar presente o esforço, o controlo, a disciplina. Porém, disciplina significa aprender- não ajustar-se; aprender, de modo que a nossa mente se torne gradualmente mais subtil. Aprender é um movimento constante que não se baseia no conhecimento. A meditação consiste em libertar-se do

conhecido, conhecido esse que constitui uma forma de medição. Nessa meditação existe um completo silêncio. Só nesse silêncio, pode fazer-se presente aquilo que é inominável.

16 Maio 1982

A Virtude

O pensamento é o movimento entre aquilo que é e o modo como achamos que deveria ser. O pensamento é a ação do tempo a preencher esse espaço. Enquanto subsistir divisão psicológica entre isto e aquilo, esse movimento representará o tempo, que é formado pelo pensamento. Portanto o movimento do pensamento é tempo. Mas poderá existir esse movimento temporal do pensamento quando observamos unicamente *"aquilo que é"*?

Quero dizer, não observação em termos de separação entre o observador e observado mas tão só a observação destituída do movimento de tentar passar além do *"que é"*. É muito importante que a mente entenda isso porque o pensamento é capaz de modelar as imagens mais espectaculares do que seja sagrado e santificado, como o fizeram todas as religiões. Todas as religiões se baseiam no pensamento. Todas elas assentam na organização do pensamento, na crença, no dogma, na prática de rituais. Assim, a menos que haja completa compreensão do pensamento como sendo um movimento no tempo, provavelmente a mente nunca poderá avançar para além de si mesma.

Nós fomos treinados e educados, coagidos a mudar *"aquilo que é"* no que *"deveria ser"*, no ideal, porém isso comporta tempo. Todo o movimento que o pensamento exerce para cobrir o espaço entre *"o que é"* e isso que *"deveria ser"* representa o tempo para o alterar — porém, o observador é aquilo que é observado, portanto não há nada a mudar; só existe *"aquilo que é"*. Mas o observador não sabe o que fazer com *"aquilo que é"* e desse modo procura todos os métodos para o alterar, controlar e suprimir. Contudo o observador é a coisa observada: o observador é *"o que é"*. A raiva, a inveja são também o observador; não existe inveja separada do observador porque ambos são o mesmo. Quando não subsistir nenhum movimento de tempo resultante do pensamento para mudar *"o que é"*, quando o pensamento perceber a inexistência de possibilidade de mudança daquilo *"que é"* , então isso cessa completamente, porque o observador é o observado.

Investiguem isso de modo profundo e comprovarão por vós mesmos. Na verdade é bastante simples. Se não simpatizo com alguém, a antipatia não é distinta de mim nem de vós. A entidade que antipatiza é a própria antipatia; não há separação entre elas. Mas quando o pensamento diz: "necessito superar esta minha antipatia", então passa a existir um movimento no tempo, criado pelo pensamento, no sentido de superar aquilo que na realidade existe. Portanto, o observador — a entidade — e aquilo a que chamamos *"antipatizar"* são a mesma coisa. E desse modo passa a existir um estado de completa quietude. Não se trata da quietude de quando ficamos estáticos, mas da total ausência de movimentos; consequentemente subsiste um completo silêncio.

Assim o tempo como movimento, o tempo como resultado da consciência e do pensamento, chega a um término e desse modo a ação torna-se instantânea. Desse modo a mente estabeleceu a base adequada e pode assim ver-se livre da desordem; consequentemente sucede o fluir e a beleza da virtude. Nisso reside a base da relação entre vós e o outro. Nessa relação não existe a actividade de nenhuma imagem; existe somente relacionamento e não uma determinada imagem a ajustar-se a outra. Existe somente *"o que é"* e não a sua mudança. A mudança do *"que é"* — a sua transformação — consiste na ação do pensamento no campo do tempo.

Quando chegamos a esse ponto, as células da mente e do cérebro também se tornam completamente imóveis. O cérebro, que tem a função de registrar lembranças, experiências e conhecimento, pode e precisa funcionar no campo do conhecido. Porém agora, essa mente, esse cérebro, encontra-se livre da actividade do tempo e do pensamento e permanece completamente quieto. Tudo isto ocorre sem nenhum esforço. Tudo isto deve ter lugar sem nenhum sentido de disciplina nem controlo, que pertencem à desordem.

Aquilo que estamos a dizer difere completamente do que os gurus e os *"mestres,"* os filósofos zen têm vindo a proclamar, porque não há nenhuma autoridade nisto, e tampouco seguimos a orientação de quem quer que seja, entendem? Se seguirem a orientação traçada por outros, não só se estarão a destruir como também estarão a destruir aquele que seguem. Uma mente religiosa não possui autoridade completamente nenhuma. Mas possui inteligência, e faz uso dela. No mundo da ação existe a autoridade do cientista, do doutor e do instrutor que nos ensina a conduzir, mas fora isso não existe outra autoridade nem guru.

Portanto, se conseguiram chegar até aqui então a mente terá estabelecido ordem nas relações e será capaz de compreender toda a complexidade da desordem existente nas nossas vidas. E a partir da compreensão dessa desordem, a partir da consciência disso- consciência essa que há de ser destituída de escolha- procede a beleza da virtude que não tem cultivo e que o pensamento não pode produzir.

Essa virtude é amor e ordem, e se a mente tiver se enraizado nisso com intensidade, então tornar-se-á inamovível e imutável. E então poderemos investigar a natureza de todo o movimento do tempo. Nesse caso, a mente achar-se-á completamente quieta. Não existirá um observador nem ninguém para experimentar, e não subsistirá nenhum pensador.

Há diversos modos de percepção sensorial e extrasensorial: a clarividência, a cura, e toda a sorte de coisas assim podem ocorrer, mas todas elas são secundárias, pois a mente que se preocupa seriamente com a descoberta da verdade e com o que seja sagrado, jamais se intrometerá nessas coisas.

Agora a mente possuirá a liberdade para observar. E nesse caso passa a existir aquilo que o homem procurou desde sempre: o inominável e intemporal. Não existe expressão verbal para isso. A imagem criada pelo pensamento deixa totalmente de existir por não mais haver uma entidade para o expressar por palavras. A mente só o poderá descobrir — encontrar — quando possuirmos essa estranha coisa chamada amor, que é compaixão não só pelo vizinho, como também pelos animais, pelas árvores e por tudo mais. Então a própria mente torna-se sagrada.

16 Maio 1982

A Consumação Das Nossas Energias

O pensamento é limitado pela simples razão de o conhecimento também o ser, e assim, qualquer que seja a ação que empreenda, o que quer que ele crie, deve igualmente ser limitado. Temos de possuir clareza mental e pureza do coração a fim de podermos compreender a natureza da mente religiosa.

Para descobrirmos isso devemos efectivar a completa negação de todos os rituais e símbolos criados pelo pensamento.

Se negarmos isso, e recusarmos aquilo que é falso, então descobriremos o verdadeiro. Se percebermos por nós próprios que todos os sistemas de meditação são criados pelo pensamento, então negá-los-emos todos.

Porquanto eles são concebidos pelo homem. A vida que levamos é tão ordinária e incerta que chegamos a alcançar a tendência de procurar um tipo qualquer de satisfação interior profunda ou um pouco de amor, algo que seja estável, permanente, duradouro. Queremos algo que se apresente imutável, inalterável, e pensamos que o conseguiremos se empreendermos determinadas coisas. Essas coisas são inventadas pelo pensamento, mas o pensamento por si mesmo é contraditório e por essa razão, toda a meditação que seja assente numa estrutura concebida pelo pensamento não poderá ser meditação, absolutamente.

Isso implica a completa recusa de tudo que o homem concebeu psicologicamente. No campo da tecnologia não podemos efectuar essa negação, contudo temos de negar todas as coisas que criamos e escrevemos sobre a busca da verdade. Mas nós caímos sempre nessa armadilha por querermos escapar do cansaço, da tristeza e das agonias da vida. Desse modo temos de recusar todas essas posturas, todos esses exercícios respiratórios e actividade do pensamento, para que assim possa surgir a questão do pensamento ser ou não capaz de chegar a um término.

Ou seja, sabermos se o pensamento que se torna tempo, poderá deixar de existir. Não o tempo externo mas o tempo que está implícito ao vir a ser — quer isso represente tornar-se iluminado, ou não-violento, ou o vir a ser do homem vaidoso na busca de um meio para se tornar humilde. Todo esse padrão psicológico de nos tornarmos alguém constitui o tempo. E o tempo é também pensamento. Portanto poderá o pensamento ter fim? Não findar através de uma disciplina nem duma forma de controlo qualquer, pois que entidade será essa que disciplina?

Sempre subsiste em nós o sentido de dualidade psicológica: do controlador e da coisa controlada, do observador e da coisa observada, daquele que experimenta e da coisa experimentada, do pensador e do pensamento. Temos sempre presente essa dualidade divisiva, provavelmente decorrente da

observação do mundo físico, porque aí existe a dualidade da luz e da sombra, da claridade e da escuridão, do homem e da mulher, etc. É pois provável que tenhamos transferido a observação disso para o campo psicológico. Mas será que existe um controlador que seja diferente da coisa controlada? Pensem cuidadosamente nisso, por favor.

Na meditação clássica ou comum, os gurus que a propagam interessam-se pela questão do controlador e da coisa controlada, e recomendam o controlo do pensamento a fim de o eliminarmos e reduzirmos a um só. Mas nós estamos interessados em investigar a identidade do controlador. Podemos referir que seja o *" eu superior"*, *"a testemunha"*, *"algo que não seja formado pelo pensamento"*, porém é óbvio que o controlador constitui parte intrínseca do pensamento. Portanto, o controlador é a coisa controlada. O pensamento dividiu-se em controlador e aquilo que procura controlar, todavia isso ainda é actividade do pensamento.

Chega a ser um fenómeno bastante estranho que o pensamento invente deuses e depois se ponha a adorá-los. Isso é idolatria de si mesmo.

Assim, quando compreendemos que todo o movimento do controlador é o controlado, então deixa de existir controlo. Trata-se de uma coisa verdadeiramente perigosa de referir a alguém que não o compreende, porque não estamos a advogar a falta de controlo. Aquilo que estou a dizer é que quando se observa que o controlador é a coisa controlada, quando se observa que o pensador é o pensamento- e se permanece com a verdade disso — com a sua realidade, sem nenhuma interferência do pensamento, então podemos passar a deter um tipo de energia completamente diferente.

A meditação consiste na congregação de todas as nossas energias. Não da energia criada pelo pensamento através de um qualquer tipo de choque, mas a energia de um estado mental em que não subsiste conflito completamente nenhum. A palavra *"religião"* provavelmente significa reunir ou juntar todas as nossas energias de forma a actuarmos de modo diligente. A mente religiosa age com prontidão, ou seja, é atenta, observadora e cuidadosa na ação. E essa sua observação comporta afecto e compaixão.

A concentração é uma outra invenção do pensamento. Na escola ordenam-nos que estejamos atentos ao livro. Desse modo aprendemos a concentrar-nos, procurando excluir os outros pensamentos e impedindo-nos de

olhar pela janela. Mas na concentração há resistência e estreitamento do imenso campo de energia da vida a um determinado nível. Ao invés, na atenção — que consiste numa forma de consciência em que não há escolha, uma consciência indistinta- toda a nossa energia se faz presente. Quando possuímos essa atenção não existe um centro a partir do qual ela seja exercida, enquanto que na concentração sempre existe um centro a partir do qual prestamos atenção.

Devíamos também falar sobre a importância do espaço. Pelo modo como vivemos neste mundo moderno, em apartamentos construídos uns sobre os outros, o espaço físico tornou-se diminuto. Externamente sofremos com essa falta de espaço mas interiormente também não possuímos espaço nenhum porque o nosso cérebro está constantemente a tagarelar. Meditar é entender ou descobrir um espaço que não seja criado pela ação do pensamento, espaço que não seja nem *"eu"* nem *"não eu"*.

Esse espaço não pode ser inventado nem constituir uma ideia, tem que ser um espaço real, ou seja, uma sensação ilimitada de distância, observação desimpedida e um movimento perpétuo isento de barreiras. Isso constitui um espaço imenso, destituído de tempo, porque o tempo nascido do pensamento ficou para trás, devido a que tenhamos compreendido que, enquanto o pensamento ocupar o seu próprio espaço, não poderemos possuir essa imensidão de espaço ilimitado. Quando pretendemos aprender uma técnica, o saber e o pensamento necessitam de tempo e de espaço.

A memória é necessária num determinado nível, porém não necessitamos dela no campo psicológico. Sempre que possuímos atenção que purifica o cérebro de toda a acumulação da memória, então o *"eu"* que progride e alcança, o *"eu"* que se acha em conflito chega ao fim, por termos deixado a *"nossa casa"* em ordem. O cérebro possui o seu próprio ritmo, todavia esse ritmo foi distorcido por toda a extravagância e maus tratos das drogas, da fé, das crenças, da bebida e do tabaco. E desse modo perde a sua vitalidade prístina.

A meditação é a noção do completo entendimento da vida no seu todo, a partir do que se origina a ação correcta. A meditação é o silêncio absoluto da mente; não o silêncio relativo nem o silêncio que o pensamento projectou e estruturou, mas o silêncio da ordem, que também significa liberdade. Somente

nesse completo silêncio, nesse silêncio incorrupto assenta a verdade, que existe por todo o sempre. Isso é meditação.

5 Fev. 1982

O Eterno, Infinitamente Sagrado

O cérebro, que é tão antigo e extraordinariamente hábil, e que possui um espectro infinito de capacidades, evoluiu com o tempo até chegar a adquirir uma enorme quantidade de conhecimento. Mas, será possível que, do jeito como se encontra tão fortemente condicionado e exposto ao desgaste ele possa ser rejuvenescido? Poderá este nosso cérebro livrar-se de todo o sentido de continuidade, de modo a poder começar de novo? Poderá esse cérebro tornar-se completamente inocente? Emprego a palavra *inocente* no sentido de ser incapaz de sentir mágoa. Ou seja, um cérebro que seja não só incapaz de magoar os outros como também incapaz de se deixar magoar.

O nosso cérebro — o cérebro de todos nós, seres humanos- evoluiu ao longo de tempo sem conta e foi condicionado tanto pelas diferentes culturas como pelas religiões assim como também pelas pressões económicas e sociais. Esse cérebro tem prevalecido por um incontável período de tempo nessa continuidade, até ao presente, e assim pôde encontrar sentido de segurança através desse longo período de duração.

É por essa razão que aceitamos a tradição, porque pela tradição e pela imitação, pelo conformismo, nós obtemos segurança, do mesmo modo que através da ilusão. É evidente que todos os nossos deuses não passam de uma ilusão, criada pelo pensamento. Qualquer crença ou fé constitui uma forma de ilusão. Não há necessidade nenhuma de se ter uma crença ou uma fé; no entanto, se possuirmos uma crença, seja em Deus, em Jesus, em Krishna ou o que quiserem, isso dar-nos-á a sensação de sermos protegidos e de nos acharmos no seio de Deus; todavia isso não passa de uma ilusão.

Mas estávamos a questionar a possibilidade do cérebro descobrir um fim para a continuidade do tempo. Essa continuidade, que se acha baseada na continuidade do conhecimento, é considerada como um avanço, como uma forma de progresso e evolução, mas eu estou precisamente a contestar isso. Sempre que o cérebro procura a continuidade torna-se mecânico. Todo o pensamento é um processo mecânico porque se baseia na memória, que — por

seu turno- constitui uma resposta do conhecimento. Assim, não existe tal coisa como *'pensamento novo'*.

O *"eu"*, o *"mim"*, é um processo de continuidade. O *"eu"* tem sido utilizado por milhares de anos, geração após geração e constitui um processo de continuidade. Mas tudo aquilo que é contínuo é mecânico, e não contém nada de novo. Perceber isso é uma coisa maravilhosa.

Por favor, peço-lhes que escutem em silêncio; não concordem comigo mas escutem apenas. Enquanto o cérebro registar mágoas e sofrimento, isso dar-lhe-á sentido de continuidade. Dá-nos a ideia de um *"eu"* que possui um sentido de existência contínuo. Enquanto o cérebro registar, á semelhança do computador, há de ser mecânico. Quando somos insultados ou elogiados o cérebro regista, como vem fazendo há milhares de anos. Tal é o nosso condicionamento; todo um movimento no sentido do progresso.

Porém, queremos saber se será possível registar somente aquilo que for relevante e nada mais que isso. Porque haveremos de registar uma mágoa? Porque devemos registar quando alguém nos insulta ou lisonjeia? Quando registamos isso- quando *o cérebro* faz o registo disso- esse registo impede a observação daquele que nos insultou. Quer dizer, vocês observam a pessoa que acabou de os insultar ou elogiar com uma mente, com um cérebro que fez o registo daquilo, de modo que não *consideram* a pessoa em questão.

Mas porque esse registo forma uma continuidade, encontramos segurança nela. O cérebro diz: *" Como já fui magoado uma vez, o melhor é registar isso, conservar a sua lembrança para desse modo evitar ser magoado no futuro"*. Fisicamente isso pode ser determinante, mas psicologicamente será? Nós fomos magoados porque a mágoa constitui um acto de nos movermos no tempo da construção da imagem que possuímos de nós mesmos, e dessa forma sempre que essa imagem sofre uma alfinetada sentimos mágoa. Enquanto preservarmos uma imagem de nós mesmos sempre poderemos sair magoados. Portanto será possível não possuirmos imagem nenhuma e, consequentemente, registo nenhum? Estamos a estabelecer a base para a pesquisa daquilo que constitui a meditação.

Será possível não registarmos psicologicamente e registarmos unicamente aquilo que for relevante e necessário? Quando tivermos estabelecido ordem — quando *existir* ordem na nossa vida — então deverá

resultar liberdade. Mas somente a mente desordenada *segue no encalço* da liberdade. Quando chegamos a possuir uma ordem total, então essa mesma ordem *representará* liberdade.

Para nos aprofundarmos neste assunto, precisamos compreender a natureza da nossa consciência. Essa consciência é formada pelo seu conteúdo e não existe separada desse conteúdo. Esse conteúdo forma a nossa consciência. E o conteúdo é a nossa tradição, as nossas ansiedades, o nosso nome, a nossa posição. Isso forma o conteúdo e molda a nossa consciência. Poderá toda esta consciência- que inclui o cérebro — a mente com todo o seu conteúdo, ter noção de si própria, noção da sua duração, e tomar uma parte dessa consciência (como o apego) para a fazer cessar voluntariamente? Isso significará um rompimento com toda a continuidade. Perguntava se será possível registarmos unicamente aquilo que for necessário e relevante e nada mais além disso.

Entendamos toda a beleza dessa questão e as suas implicações, a sua intensidade. Eu afirmo que é possível. Eu poderia explicar, porém a explicação não é um facto. Não se deixem apanhar pelas explicações, mas procurem chegar ao facto por intermédio delas. Então as explicações não mais terão importância.

O movimento do tempo, o movimento do pensamento, o movimento do passado, modificados no presente, prosseguem e formam uma continuidade. Isso é todo o movimento que o cérebro regista; de outra forma não seria possível possuirmos conhecimento. O conhecimento implica continuidade, e, portanto, ao encontrar segurança nessa continuidade o cérebro é forçado a fazer registo. Esse movimento alastrou a todo o campo psicológico.

Mas o conhecimento é sempre limitado. Não existe conhecimento omnipotente, porém o cérebro ao encontrar segurança no movimento do conhecimento, adere a ele, e passa a interpretar todo o incidente de acordo com o passado. E desse modo o passado adquire uma tremenda importância para o cérebro, porque ele próprio é esse passado.

Todavia, é lógico que o vosso próprio intelecto perceba com muita clareza que, aquilo que sofre continuidade não possui nada de novo, aquele aroma novo; nem a nova terra nem o novo céu. Desse modo o intelecto questiona-se da possibilidade de uma cessação da continuidade que não

constitua perigo para o cérebro, porque, caso não passemos pelo processo dessa continuidade então estaremos perdidos. Se pusermos um fim á continuidade, o que será de nós?

O cérebro mostrou que só pode funcionar com base na segurança, seja ela verdadeira ou falsa, mas a continuidade do processo de registo conferiu-lhe segurança. Aí nós dizemos para connosco: *"Regista somente o que for necessário e relevante, e nada mais."* Mas subitamente o cérebro sente-se perdido. Ele funciona com base na busca de segurança e por isso diz: " Dá-me segurança e eu prosseguirei no encalço dela".

Existe segurança é claro, mas não esse tipo de segurança. Consiste ela ao invés, em colocar o conhecimento e o pensamento no seu devido lugar. A própria ordem no viver só é possível quando o cérebro tiver compreendido o modo desordenado em que vive, enquanto que, ao mesmo tempo chama a isso segurança. Quando tomar consciência do quanto a segurança implica em colocar cada coisa em ordem- ou seja, registar tudo aquilo que for relevante e não o irrelevante — então o cérebro dirá:

"Eu compreendi a coisa, captei-a, consegui obter um insight sobre todo este movimento da continuidade."

E dessa forma obtém um clarão de compreensão. Esse insight é o resultado da ordem completa que acontece quando o cérebro dispôs cada coisa no seu devido lugar. Então poderemos ter um insight completo sobre a totalidade do movimento da consciência, e desse modo o cérebro registará somente aquilo que for necessário e nada além disso. Mas isso implica que a actividade do cérebro sofra uma mudança, do mesmo modo que a própria estrutura do cérebro, porque a visão de uma coisa de modo renovado - como que pela primeira vez- conduz à operação de uma nova função.

Quando o cérebro vislumbra algo de novo, passa a existir uma função nova, e passa a nascer um organismo novo. É completamente necessário que a mente e o cérebro se tornem jovens, revigorados, joviais, inocentes, juvenis, mas isso só acontecerá quando não existir nenhuma forma de registo.

Fará o amor parte desta consciência? O amor poderá sofrer continuidade? Dissemos que a consciência é continuidade e tradição. Mas será que o amor faz parte desse campo ou está totalmente apartado dele? Eu estou

simplesmente a expor a questão, a desafiar uma resposta. Não parto do pressuposto de que faça ou deixe de fazer. Mas, se fizer parte desse campo da consciência, não fará também parte do pensamento? O conteúdo da nossa consciência é criado pelo pensamento. As crenças, os deuses, a superstição, as tradições, o medo, tudo isso faz parte do pensamento. Mas fará o amor parte desse pensamento ou desta consciência? Ou seja, será o amor desejo, prazer, sexo? O amor fará parte do processo do pensamento? Será uma recordação?

Enquanto o intelecto for predominante, o amor não poderá, possivelmente, existir nem surgir, qual orvalho da madrugada. Mas a nossa civilização adora o intelecto porque o intelecto possibilitou a criação de teorias sobre Deus, e criou princípios e ideais. Portanto, o amor fará parte dessa corrente, dessa consciência? Poderemos ter amor quando sentimos ciúme? Poderemos sentir amor quando nos achamos apegados á nossa esposa, ao nosso marido, ou filho? Poderemos ter amor quando carregamos a lembrança, a recordação, a imagem da atração sexual? Poderá o amor ter continuidade? Por favor, pensem bem nisso porque nós não temos amor no coração e por isso o mundo se encontra na confusão em que está.

Para alcançarmos esse amor, é preciso que a corrente da consciência sofra um findar: a inveja, o antagonismo, a ambição, o desejo de poder, o desejo de nos tornarmos melhores e sermos pessoas ilustres, a busca de poder- seja o poder de levitar, o de efectuar negócios, o poder que a posição confere, o poder da política, da religião ou o poder que exercemos sobre a nossa mulher, marido ou filhos. Onde existir um sentimento de egoísmo, não poderá existir esse amor.

Mas esse processo de registar constitui a essência do egoísmo. O fim da nossa infelicidade será o início da compaixão, porém nós usamos a infelicidade como meio para avançarmos e nos tornarmos melhores. Mas é, ao invés, pelo findar de uma coisa que poderá ocorrer algo de infinitamente novo.

Devemos possuir espaço, não fisicamente mas espaço mental, o que significa não andarmos tão ocupados. Mas a nossa mente está sempre ocupada: "Como poderei parar de tagarelar?" ou "Eu preciso produzir espaço na mente; Preciso ficar em silêncio", etc. A dona de casa ocupa-se da cozinha ou dos filhos, o devoto ocupa-se com o seu Deus, o homem vulgar ocupa-se com a sua profissão, com o sexo, com o trabalho, com o objecto da sua

ambição, ou então com a sua posição. A mente está inteiramente ocupada, de modo que não resta espaço nenhum.

Devemos estabelecer na nossa vida uma ordem que não tenha nada a ver com a ordem da disciplina nem do controlo. Pudemos perceber com toda a inteligência como a ordem só pode resultar da compreensão da própria desordem. Muito importa que produzamos ordem na nossa vida e nos nossos relacionamentos, porque a vida é relacionamento, movimento, atitude empreendida no campo da relação. Porque se o relacionamento com a nossa esposa, marido, com os filhos ou com os vizinhos não possuir ordem — estejam eles próximos ou afastados — então esqueçam toda a meditação.

Se não possuirmos ordem na nossa vida e tentarmos meditar, cairemos na armadilha das ilusões. Mas se agirmos com seriedade e possuirmos essa ordem que não é temporária mas absoluta, então essa ordem poderá dar lugar á ordem cósmica porque estará em relação com ela. Essa ordem cósmica é o pôr do sol, o surgimento da lua e a maravilha do céu nocturno com toda a sua beleza. A simples observação superficial do cosmos e do universo através do telescópio não constitui um factor de ordem. Mas se a nossa vida possuir ordem, nesse caso possuiremos uma relação extraordinária com o universo.

Todavia se a mente se encontrar a abarrotar não poderemos ter ordem nem espaço mental. Como poderá ter espaço se ela se encontrar cheia de problemas? Para possuirmos espaço mental temos de resolver cada problema imediatamente, á medida que surge. Isso faz parte da meditação- e não carregar problemas continuamente, dia após dia. Será pois possível não andarmos tão constantemente ocupados- o que não denota falta de responsabilidade? Antes pelo contrário, quando não estamos ocupados podemos dedicar toda a nossa atenção á responsabilidade.

Somente a mente ocupada pode tornar-se presa da confusão, o que torna a responsabilidade uma coisa repugnante e chega a comportar a possibilidade da culpa. Mas por favor, não me perguntem como poderão deixar de andar tão ocupados, porque nesse caso passarão a ocupar-se de um sistema, um método ou simples lugares-comuns. Se conseguirem perceber, captar numa percepção directa, o quanto uma mente ocupada pode ser destrutiva, e é destituída de toda liberdade e espaço, então desocupar-se-ão naturalmente.

E nesse caso poderemos velar pela atenção. Será que neste momento estão a prestar atenção? Que significa *prestar atenção*? Se estiverem a prestar atenção de verdade, não haverá um centro a partir do qual o façam, e essa atenção não poderá sofrer continuidade, como talvez gostariam que acontecesse. A continuidade é desatenção. Quando prestamos atenção — quer dizer, quando escutamos, nessa atenção não existe um centro que diz: "Eu estou a aprender, eu estou a escutar, eu estou a perceber". Existe somente o enorme sentido de totalidade, que constitui essa observação — escutar e aprender- mas nela, não se dá nenhum movimento do pensamento.

Essa atenção não pode ser sustentada por nenhum acto contínuo. Quando o pensamento declara que deve descobrir a forma de lhe chegar ou alcançá-la, esse movimento de a tentar capturar deverá constituir uma forma de desatenção- falta de atenção. Mas, ter consciência desse movimento exterior torna-se atenção, ficar atento. Captaram a coisa?

A mente deve possuir amplitude de espaço, mas isso só pode acontecer se não houver a tagarelice do pensamento e se resolvermos cada problema à medida que for surgindo. Só poderemos possuir amplitude de espaço mental quando não possuirmos um centro, porque no momento que detivermos um centro, então terá que haver uma área circundante, terá de existir um movimento do centro para a periferia. Mas esse espaço implica a ausência desse centro, de modo que resulte absolutamente destituído de limites.

A atenção implica que devemos aplicar toda a nossa energia no escutar, pela observação, mas nisso não existe centro nenhum. Daí surgirá uma mente que terá compreendido a ordem e se acha livre do medo, uma mente que terá posto fim ao sofrimento, que terá compreendido a natureza do prazer e lhe terá conferido a função adequada.

E então colocaremos a questão: Qual será a natureza da mente que se encontra completamente imersa no silêncio- e não como alcançar esse silêncio, nem como conseguir ter paz de espírito- estou a referir-me à qualidade da mente que está mergulhada num silêncio absoluto e intemporal. Qual será?

Existe silêncio entre duas notas musicais, silêncio entre dois pensamentos ou entre dois movimentos; existe o silêncio que separa duas guerras e o

silêncio que antecede a discussão seguinte entre marido e mulher. Não me estou a referir a essa qualidade de silêncio, porque ela é temporária e finita.

Estou a referir-me a um silêncio que não pode ser produzido pelo pensamento e que não é cultivável; que sucede somente quando compreendermos todo o movimento da existência. Nisso há silêncio; não se trata de perguntas e respostas nem desafio ou busca- tudo isso permanece de lado. Esse silêncio possui um enorme sentido de espaço e beleza, um extraordinário sentido de energia. Nessa altura poderá ocorrer aquilo que é eterno e infinitamente sagrado; que não é nem produto da civilização nem do pensamento. Esse é todo o movimento da meditação.

14 Jan. 1979

Em que Consiste a Criação

Qual será a origem de toda a existência, desde a célula mais diminuta até ao cérebro mais complicado? Será que existiu um começo e poderá haver um fim para tudo isto? Que é a criação? Para podermos investigar uma coisa inteiramente desconhecida, algo que não tenha sido pré-concebido — sem nos deixarmos apanhar por nenhuma ilusão sentimental nem romântica, temos de o fazer com um cérebro que se veja completamente livre de todos os seus condicionamentos, de todas as suas programações, de todo o género de influências, um cérebro, portanto, que seja altamente sensível, tremendamente activo. Será isso possível?

Será possível possuirmos uma mente, um cérebro tão extraordinariamente vivo, um cérebro que não seja mecânico nem esteja preso a nenhum tipo de rotina? Teremos um cérebro que não contenha medo, nem auto-interesse, actividade auto-centrada nenhuma? Porque de outro modo isso significará vivermos constantemente mergulhados na própria sombra, viver no próprio ambiente tribal limitado, à semelhança de um animal atado a uma estaca.

O cérebro tem que possuir espaço. Mas o espaço não é somente a distância entre aqui e acolá; o espaço implica uma existência sem centro. Se detivermos um centro e nos afastarmos para a periferia, por mais afastada que essa periferia seja, ainda assim deverá ser uma coisa limitada. Portanto o espaço há de ser sinal de inexistência de um centro e uma periferia; da inexistência de limites. Teremos nós um cérebro que não pertença a coisa nenhuma, nem se

encontre apegado a nada — seja experiência, conclusões, esperanças, ideais — e assim seja completamente livre? Se estivermos sobrecarregados não poderemos avançar o suficiente. E se o cérebro for vulgar e ordinário, auto-centrado, nesse caso não poderá possuir esse espaço ilimitado. E o espaço é sinal — vou utilizar a palavra com um cuidado extremo e bastante hesitação- é sinal da existência de um vazio.

Estamos a tentar descobrir se será possível viver neste mundo sem medo nenhum, sem conflitos, mas com um tremendo sentido de compaixão, o que exige uma enorme capacidade de inteligência. Não se pode ter compaixão sem inteligência. Mas essa inteligência não é a actividade do pensamento. Se estivermos apegados a uma ideologia particular, a uma forma particular de tribalismo ou a um conceito religioso qualquer, não poderemos ser compassivos, porque tudo isso restringe. A compaixão só pode surgir — fazer-se presente — quando toda a tristeza tiver terminado, o que significa o fim de todo o movimento egocêntrico.

Portanto o espaço é sinal da existência de um vazio, ou *coisa nenhuma*. E porque não subsiste *uma única coisa* que seja, colocada pelo pensamento, esse espaço será detentor de uma energia tremenda. De modo que o cérebro deve possuir essa qualidade de total liberdade e espaço. Quer dizer, não devemos ser coisa nenhuma. Mas todos nós queremos ser alguém: analistas, médicos, psicoterapeutas. Tudo bem, porém quando nos identificamos com as funções de terapeutas, biólogos, técnicos, essa mesma identificação delimita-nos a totalidade do cérebro.

Só quando possuímos espaço e liberdade podemos investigar sobre o que seja a meditação. Somente quando tivermos estabelecido os alicerces da ordem na nossa vida poderemos perguntar o que é a verdadeira meditação. Mas se subsistir medo sob qualquer forma que seja, ou conflito de qualquer tipo, então não poderemos ter ordem. A nossa morada interior deve encontrar-se num estado de completa ordem, de modo que sobrevenha um enorme sentido de estabilidade, e possamos ser concisos. Essa estabilidade possuirá uma força enorme.

Porém, se a nossa morada não se achar em ordem a meditação terá muito pouco significado. Podemos inventar todo o tipo de ilusão, iluminação ou disciplina diária que ainda assim isso será limitado e ilusório e resultará da

nossa desordem. Tudo isto é lógico, sensato, racional. Não é coisa que o orador tenha inventado para ser aceite.

Posso utilizar os termos *"ordem destituída de disciplina"*? Porque, a menos que tenhamos um sentido de ordem que não seja disciplinado, a meditação tornar-se-á muito superficial e desprovida de significado.

O que é a ordem? O pensamento não pode criar ordem psicológica porque o próprio pensamento é desordem e está baseado no conhecimento- que por sua vez se baseia na experiência. Todo o conhecimento é limitado, do mesmo modo que o pensamento, porém, quando o pensamento procura estabelecer a ordem, só produz desordem.

O pensamento criou a desordem através do conflito entre *"o que é"* e *"aquilo que devia ser"* — a realidade e a teoria. Porém existe somente a realidade e não a teoria. Mas o pensamento encara a realidade desde um ponto de vista limitado, originando assim que essa ação venha a criar inevitável desordem. Será que percebem a verdade disto? Será que a apreendemos como uma lei, ou como uma ideia somente? Suponhamos que sou avarento ou invejoso; isso representará aquilo que sou e não o oposto. Porém, o oposto foi criado pelos seres humanos- pelo pensamento — como meio de entendimento do *"que é"* e também como meio para se escapar disso; todavia subsiste somente *"o que é"*. Mas se chegarmos a perceber *"o que é"* sem o seu contrário, então essa mesma percepção suscitará ordem.

A nossa morada deve possuir ordem mas essa ordem não pode ser produzida pelo pensamento. O pensamento pode criar a sua própria disciplina: fazer isto e não aquilo; ser tradicionalista ou deixar de o ser, etc. O pensamento é o auxiliar através do qual esperamos poder produzir ordem, porém, o pensamento por si mesmo é limitado, e como tal está destinado a criar somente desordem. Se eu repetir continuamente que sou inglês, francês, hindu ou budista, isso provocará uma forma de tribalismo bastante limitada e poderá ser causa de enorme devastação no mundo. Mas nós não penetramos até às suas raízes, a fim de acabar com esse tribalismo; ao invés, procuramos criar melhores formas de guerra. A ordem só poderá surgir quando o pensamento — o qual é necessário em determinadas áreas — não tiver qualquer função no campo psicológico. Quando o pensamento se tornar ausente o mundo ficará em ordem.

É necessário que tenhamos um cérebro absolutamente tranquilo e sereno. O cérebro possui o seu próprio ritmo, mas acha-se ininterruptamente activo a tagarelar em torno das questões e pensamentos intermináveis, passando de associação em associação ou de um estado a outro, constantemente ocupado. Geralmente não temos consciência disso mas se chegarmos a ter consciência desse movimento sem escolha nenhuma, essa mesma atenção porá fim à tagarelice. Por favor tentem fazê-lo, e verão como tudo isso é simples.

O cérebro deve ter liberdade, espaço e silêncio psicológico. Vocês e eu estamos a conversar juntos. E por termos de utilizar uma linguagem empregamos o pensamento. Mas para podermos comunicar em silêncio... para isso temos de ter liberdade com relação a toda a palavra. De forma que desse modo, o cérebro ficará completamente em silêncio, e possuirá o seu próprio ritmo.

Então em que consiste a criação? Qual terá sido o começo de tudo isto? Estamos a investigar a origem de toda a vida e não só da nossa vida; da vida de todas as coisas viventes: das baleias nas profundezas dos oceanos, dos golfinhos, dos peixes minúsculos, das células diminutas e de toda a vasta natureza, bem como da beleza do tigre. Desde a célula mais diminuta até ao mais complexo ser humano- com todas as suas invenções, com todas as suas ilusões, as suas superstições, as suas brigas, as suas guerras, arrogância, vulgaridade, as suas tremendas aspirações e depressões abismais- qual será a origem de tudo isso?

A meditação é chegar ao entendimento disso. Não se trata de nós chegarmos a esse estado; mas será que nesse silêncio, nessa quietude, nessa tranquilidade absoluta, poderá haver lugar a qualquer começo? Além disso, se houver um começo terá de existir um fim. Tudo aquilo que tiver uma causa também deverá sofrer um término. Onde quer que haja uma causa terá de haver um fim. Isso faz parte da lei natural. Portanto, existirá mesmo uma causação para a criação do homem, para a criação de todo o modo de vida? Terá tudo isso tido um começo? Como haveremos de o descobrir?

O que é a criação? Não me refiro à criação do pintor nem do poeta, tampouco à do homem que esculpe o mármore; isso é tudo produto de uma manifestação. Haverá alguma coisa que não seja mera forma de manifestação? Haverá alguma coisa que, por não ser simples manifestação, não possua começo nem fim? Aquilo que é manifesto possui um começo, do mesmo

modo que um fim. Nós somos o produto de uma manifestação; mas não de uma coisa divina ou de outra natureza qualquer; somos o resultado de milhares de anos de chamada *'evolução'*, crescimento, desenvolvimento, e como tal também nós chegamos a um fim. Aquilo que é manifesto pode sempre ser destruído, porém aquilo que não é manifesto, não possui tempo.

Estamos a investigar se existe algo para lá de todo o tempo. Essa foi sempre a preocupação tanto de filósofos como de cientistas e religiosos — a de descobrir aquilo que está para além de toda a medida do homem, além do tempo. Porque, se pudermos descobri-lo, e chegar a percebê-lo, isso representará a imortalidade. Porque isso está para além da morte. E o homem tem vivido em busca disso por diversos modos, pelos mais variados recantos do mundo, por intermédio de diferentes credos, porque se o descobrir ou chegar a perceber, então a vida não conterá começo nem fim, e situar-se-á além de toda a esperança. Será uma coisa imensa.

Agora, para voltarmos de novo à terra. . . Podem perceber como jamais consideramos esta vida- a nossa própria vida — como um movimento tremendo carregado de toda uma intensidade própria, uma coisa vastíssima. Reduzimos a nossa vida a uma coisa ordinária e mesquinha. Mas a vida é a coisa mais sagrada que existe! Matar alguém ou sentir ódio, ser violento para com alguém, é a coisa mais horrorosa que pode ocorrer.

Jamais olhamos o mundo num todo, devido a que nos encontremos tão irremediavelmente fragmentados, tão terrivelmente limitados, e amesquinhados. Nunca possuímos um sentimento da totalidade, em que todas as coisas do mar, da terra, do céu e do universo formam parte intrínseca de nós. Não pela imaginação, porque podemos entrar numa espécie de fantasia e imaginar que somos o universo, e acabar por ficar mais ou menos chalados. Mas para rompermos esse interesse mesquinho e auto-centrado não precisamos de nada disso; a partir desse sentimento, podemos mover-nos indefinidamente.

E a meditação é isso, e não sentarmo-nos de pernas cruzadas, ou de cabeça para baixo, a fazer o pino, ou seja o que for, mas ter esse sentimento de totalidade e unidade com a vida. Todavia isso só pode sobrevir quando sentirmos amor e compaixão.

Uma das nossas dificuldades reside no facto de termos associado o amor com o prazer, o sexo; para a maioria de nós o amor parece também significar

ciúme, ansiedade, possessividade, apego. A isso chamamos nós amor. Mas o apego poderá ser amor? Será o amor desejo? Será o amor o oposto do ódio? Se for o oposto do ódio então não será amor certamente. Todo o oposto contém o seu próprio contrário. Quando tentamos *tornar-nos* corajosos, essa coragem brota do medo. O amor não pode conter um oposto, nem pode subsistir onde existir ciúme, ambição ou agressividade.

Mas quando a qualidade desse amor se fizer presente, aí surgirá a compaixão. Onde existir essa compaixão existirá também inteligência- porém não será a inteligência do auto-interesse, a inteligência do pensamento, a inteligência de um conhecimento imenso, porque a compaixão não tem nada a ver com o conhecimento.

E só com a compaixão poderá existir essa inteligência que poderá dar ao homem segurança, estabilidade e um sentido de força enorme.

3 Set 83

Viver Sem o Esforço Procedente da Vontade

A meditação não é uma coisa que possamos *fazer*. A meditação é o acto de nos movermos sobre toda a questão do nosso viver: sobre o modo como vivemos, como nos comportamos; se possuímos temor, ansiedade ou tristeza; se estamos constantemente em busca de prazer, e se criamos imagens com relação a nós próprios e aos outros. Isso faz tudo parte da nossa vida, e na compreensão desse viver, na compreensão das várias questões envolvidas — bem como em sermos altamente capazes de nos libertar delas, reside o propósito de toda a investigação da meditação.

Nós precisamos criar ordem na *nossa casa*. E essa casa é o nosso *"Eu"*. Mas essa ordem só poderá ser estabelecida quando compreendermos inteiramente no que consiste a desordem; não de acordo com um padrão; só poderá ser estabelecida pela compreensão da razão de ser da nossa confusão, do porquê de nos encontrarmos em contradição; da razão do conflito constante entre os opostos, etc. O simples colocar as coisas no seu respectivo lugar

constitui o começo da meditação. Mas se não o fizermos- efectiva e não teoricamente — em cada momento do nosso viver diário- então a meditação torna-se uma outra forma de ilusão ou de oração, uma outra forma de esperança por qualquer coisa.

Que movimento é esse da meditação? Devemos compreender a importância dos sentidos. A maior parte de nós age ou reage basicamente de acordo com impulsos, exigências e insistências dos nossos sentidos. Mas esses sentidos não actuam num todo; os nossos sentidos na sua globalidade jamais operam de modo holístico. Quando se observarem a si mesmos e atenderem aos próprios sentidos, perceberão como um ou outro se torna dominante, e como- durante o dia- ora um ora outro exerce uma maior prevalência; de modo que isso resulta sempre num certo desequilíbrio com os demais sentidos.

Ora, isso que estamos a acabar de perceber faz parte da meditação. Será pois possível que os sentidos funcionem num todo? Poderemos observar o movimento do mar, olhar as suas águas brilhantes, essas águas em eterno desassossego e fazê-lo plenamente, com todos os sentidos? Ou observar, olhar a árvore, a pessoa que passa, o voo do pássaro, aquele regato de agua, o sol poente, ou o surgimento da lua, com todos os nossos sentidos completamente despertos? Se o fizerem, descobrirão, *por si próprios e não através de mim,* a inexistência de qualquer centro a partir do qual os sentidos funcionem.

Mas, farão tal coisa, à medida que estamos a conversar?

Olhem a vossa namorada, o vosso marido, esposa ou aquela árvore, com todos os vossos sentidos completamente activos. Isso não terá qualquer limitação. Senão, procurem fazê-lo e descubram por vós próprios se assim não é. A maioria das pessoas funciona num certo segmento dos sentidos, e nunca se movem nem chegam a viver com os seus sentidos completamente despertos, desabrochados. Conferir aos sentidos a sua função adequada não significa reprimi-los nem controla-los, nem fugir-lhes.

É importante que entendamos isso porque, se quisermos investigar a questão da meditação em profundidade, sem possuirmos uma percepção dos próprios sentidos, isso pode dar lugar a diferentes tipos de neurose, a diversas formas de ilusão, e levar-nos a procurar ter domínio sobre as nossas emoções. Mas, se os sentidos desabrocharem completamente e se tornarem despertos, então o corpo aquietar-se-á por completo. Já se aperceberam disso? A maioria

das pessoas força-se a sentar-se quietas e procuram impedir todo o irrequietismo, sem se mover; mas se os sentidos operarem de forma saudável e de modo vital e normal, então o corpo será capaz de relaxar e de se tornar suficientemente quieto. Procurem fazê-lo à medida que vamos conversando.

Será possível vivermos a nossa vida- diária e não de forma ocasional- sem nenhum tipo de controlo? O que não quer dizer que façamos uso de uma actividade permissiva qualquer- ou façamos o que quisermos- nem tampouco rejeitemos as tradições. Por favor, pensem com toda a seriedade se haverá possibilidade de viverem a vida sem nenhuma forma de controlo, porque enquanto subsistir algum tipo de controlo existirá ação da vontade. Mas que é a vontade? *"Eu hei de fazer isso"*.

Não será a vontade a essência do desejo? Por favor, percebam bem a questão, sem a rejeitar nem aceitar; investiguem-na. Estava a perguntar sobre a possibilidade de vivermos a vida de uma forma que não comporte nem sombra de controlo, de um modo que não contenha nem sombra de desejo. O desejo e o pensamento com as suas imagens nascem da sensação, do contacto e da percepção.

Será possível viver sem a ação da vontade? A maioria de nós vivemos um vida de restrições, controlo, supressão e fuga, e quando dizemos que devemos controlar-nos, controlar a nossa raiva, o nosso ciúme, preguiça ou indolência- quem é esse controlador? Será ele distinto daquilo que controla? Ou serão ambos o mesmo? O controlador é a coisa controlada. O controlador é a essência do desejo a tentar controlar as próprias actividades, pensamentos e desejos.

E percebendo tudo isso, será que não poderemos viver uma vida sem promiscuidade, que não se centre simplesmente naquilo que queremos fazer, mas uma vida sem controlo nenhum? Muito poucas pessoas chegaram a reflectir nesta questão. Eu oponho-me a todo o sistema e toda a forma de controlo, porque então a mente jamais será livre, mas acabará por se subjugar a um padrão, quer esse padrão seja estabelecido por outro ou pela própria pessoa. Sendo assim, não poderá o tempo cessar?

Por favor entendam como tudo isso é importante, porque o nosso cérebro está condicionado pelo tempo, em resultado de um milhão de anos ou mais; um condicionamento interminável de séculos e séculos. O cérebro evoluiu e

desenvolveu-se- desabrochou- porém trata-se de um cérebro muito antigo que evoluiu no tempo e funciona nele. E no momento em que dizemos que *"havemos de fazer"* isso ainda subscreve o tempo. Tudo aquilo que fazemos envolve tempo e o nosso cérebro vê-se condicionado são só pelo tempo cronológico, como também pelo tempo psicológico. O cérebro evoluiu ao longo de milhares de anos e até mesmo a questão de poder cessar o tempo soa a um processo de paralisia, que para ele constitui um choque.

Ora, faz parte da meditação descobrirmos por nós próprios se o tempo pode ou não cessar. Mas nós não podemos faze-lo simplesmente dizendo que o tempo tem que sofrer um fim, porque isso não fará sentido nenhum. Será possível que o cérebro tome consciência de que não possui futuro? Nós tanto vivemos no desespero como na esperança, e uma parte do tempo é mesmo constituída pela natureza destrutiva da esperança: *"Eu sinto-me infeliz, descontente e inseguro, mas tenho esperança de tornar-me feliz"*.

Outra parte é a fé, essa invenção que os padres espalharam pelo mundo fora*: "Estais a sofrer mas se tiverdes fé em Deus tudo irá dar certo"*. A fé em alguma coisa envolve tempo. Mas seriam capazes de admitir a inexistência de todo o amanhã psicológico? Descobrir isso, faz parte da meditação.

A esperança em determinada coisa e o prazer de antecipar o seu futuro pela expectativa, estão envolvidos no tempo. O que não significa que devamos descartar a esperança, mas antes compreender os movimentos do tempo. Porque se eliminarem a esperança sentir-se-ão amargurados e começarão a interrogar-se sobre a razão de todo o vosso viver- coisa que poderá originar todo o contra-senso da depressão e da angústia de vivermos sem nenhum futuro.

Estávamos a interrogar-nos da possibilidade do pensamento cessar, na qualidade de tempo. Colocado no seu devido lugar, o pensamento é importante, porém psicologicamente, não possui importância nenhuma. O pensamento resulta da reação da memória, brota dela. E a memória é a experiência, conhecimento armazenado nas células cerebrais.

Podem perceber a natureza do próprio cérebro, pois não precisam ser especialistas para o efeito; perceber como as células cerebrais retêm a memória num processo inteiramente material, sem nada de sagrado nem santificado. Tudo aquilo que fizemos, como a ida à lua e fixar lá uma bandeira

ridícula, a conquista das profundidades do oceano e lá conseguir viver, foi criado pelo pensamento, assim como toda a complexa tecnologia e maquinaria; por tudo isso é responsável o pensamento. Do mesmo modo que é responsável por todas as guerras. É facto tão evidente que nem precisamos dar-nos ao trabalho de o questionar.

Os vossos pensamentos dividiram o mundo em Inglaterra, França, Rússia, etc. E o pensamento deu origem à estrutura psicológica do *"eu"*. Mas esse *"eu"* não é santo nem divino mas refere unicamente a ação do pensamento que reúne toda a ansiedade, todo o medo, todo o prazer, infelicidade, dores, apegos, e medo da morte. O pensamento criou o *"eu"* — que é consciência. A consciência é aquilo que ela contém; a vossa consciência é aquilo que sois: as vossas ansiedades, os vossos medos, as vossas lutas, as vossas disposições, os vossos desesperos, prazeres, etc. É bastante simples. E tudo isso resulta do tempo.

Eu ontem fui magoado, psicologicamente, ou vós dissestes-me algo verdadeiramente grosseiro que me magoou, e assim isso torna-se parte da minha consciência. De modo que a consciência resulta do tempo. Mas quando perguntamos se o tempo pode cessar de existir, isso implica o total esvaziamento desta consciência com o seu conteúdo. Se o conseguimos ou não é já questão inteiramente diversa, mas é justamente isso que implica.

Estamos a investigar o tempo e as camadas inamovíveis da consciência- como a sensação, o desejo, em toda a sua estrutura- de modo a percebermos se toda essa consciência, que resulta do tempo, pode esvaziar-se completamente, de modo que psicologicamente o tempo deixe de existir. Vocês estão cientes da sua consciência, não estão? E, se já chegaram a pensar suficientemente no caso conhecem bem aquilo que são.

Assim, se já refletiram nisso terão percebido que toda a labuta, todo o conflito, toda a insegurança faz parte de si mesmos e da sua consciência. As vossas ambições, a vossa agressividade, a vossa raiva, amargura, tudo isso faz parte dessa consciência, que é o acúmulo de um milhar de dias passados, até ao presente. E perguntávamos se essa consciência que é o resultado do tempo, tanto psicológica como fisiologicamente, se poderá esvaziar de modo que o tempo possa ter um fim.

Vamos descobrir se isso será possível. Se disserem que não é, então estarão a fechar a porta á sua possibilidade. Mas se disserem que é possível, também lhe fecharão a porta. Porém, se disserem: *"Vamos descobri-lo",* nesse caso permanecerão abertos a ela e terão suficiente ânsia por descobri-lo.

Se forem suficientemente sérios para penetrar no assunto, então tratarão de apurar a questão de saber da possibilidade de esvaziar completamente o conteúdo de nós próprios, o conteúdo da nossa consciência, essa consciência que foi criada no tempo. Não será possível pôr fim a um conteúdo desses — às suas mágoas e feridas psicológicas? A maior parte de nós foi magoado psicologicamente desde a infância, e isso faz parte da nossa consciência. Não seremos capazes de pôr completamente termo a tais mágoas, e de as extirpar sem que isso deixe marcas? Conseguem, não conseguem?

Se prestarem atenção à ferida perceberão aquilo que a causou: a imagem que têm de vós próprios foi ferida. Mas se a penetrarem em profundidade poderão pôr fim a essa imagem. Se se encontrarem apegados a alguém- à vossa esposa ou marido, apegados a uma crença ou ao vosso país, a uma seita, a determinado grupo de pessoas ou a Jesus- não poderão terminar completamente com esse apego de uma forma lógica, sensata e racional? Porque, vejam bem, o apego implica ciúme, ansiedade, medo e dor; e quanto mais dor sentirmos, mais apegados nos tornaremos. Mas o percebimento da natureza do apego deverá significar o desabrochar da inteligência. Essa inteligência percebe como é estúpido sentir apego, e põe-lhe fim.

Portanto, experimentem. Digamos que vocês possuam determinado hábito psicológico, e pensem sempre de uma certa maneira. Isso fará parte da vossa consciência. Mas, será que o pensamento não consegue afastar-se dessa rotina? Claro que sim; é possível esvaziar completamente esse conteúdo. Porém, se o empreenderem em relação a um aspecto de cada vez- os vossos apegos, mágoas, ansiedades, etc., isso levará uma infinidade de tempo, e lá se tornarão novamente escravos do tempo.

Não será possível esvaziar esse conteúdo instantaneamente, num todo ao invés de por partes, sem que isso envolva tempo? Quando o fazemos bocado a bocado, ainda nos vemos envolvidos no tempo. Se conseguirem perceber a verdade disso, então deixarão de o fazer com parcialidade.

A consciencialização não é minha, não se trata da minha consciência individual, mas de uma consciência universal. A minha consciência assemelha-se à vossa ou à de outra qualquer pessoa. Ambos sofremos e passamos por estados de angustia. Talvez haja uns quantos que possam ter desabrochado e se achem separados da maioria e para além dela, porém isso é irrelevante.

Será possível observarmos a coisa na sua inteireza, de um modo total, e por meio dessa observação total chegarmos a perceber-lhe um fim? Será possível observar a nossa dor, ansiedade ou culpa, de um modo completo? Suponhamos que me sinto culpado. Não poderei olhar essa culpa e perceber a forma como ela se ergueu, por que razão surgiu, perceber o pavor que sinto disso, perceber a estrutura total da culpa e observá-la de um modo completo? Claro que posso, mas só conseguirei fazer quando tiver consciência da natureza da mágoa. Poderei obter consciência disso se não imprimir direção nenhuma a essa consciência, e se ela não se envolver com nenhum motivo.

Mas vou aprofundar isso de outro modo. Suponhamos que sinto apego por alguém ou alguma coisa. Não poderei observar as consequências desse apego e do que ele envolve, e do modo como esse apego desperta? Não poderei observar toda a natureza disso de modo instantânea? Sinto apego por me encontrar só e assim busco conforto e dependo de alguém por não conseguir manter-me só, carecendo por isso de companhia, e de alguém que me diga que me estou a sair muito bem. Necessito de alguém que me pegue na mão; estou deprimido e sinto ansiedade, e por isso dependo de alguém; mas essa dependência origina apego, apego esse de que nasce o medo, o ciúme e a angústia. Será que não serei capaz de observar toda a natureza disso de forma instantânea? Claro que sim, desde que tenha consciência e um profundo empenho em descobrir tudo isso.

O que estou a dizer é que, ao invés de o fazer em bocados, é possível perceber-lhe a natureza inteira, a estrutura e o movimento dessa consciência, com todos os seus conteúdos. O conteúdo é aquilo que forma a consciência. É possível percebê-la na sua inteireza; e se chegarmos a fazê-lo desse modo, ela se desintegrará. Mas para se obter a percepção integral da natureza total dessa consciência, impõe-se a completa inexistência de um motivo ou recordação e tão só a percepção instantânea da sua natureza. Essa mesma percepção dissolverá o problema.

Todo este nosso desenvolvimento tecnológico está baseado na medida; se não utilizássemos nenhuma forma de medição, não teríamos nenhum progresso tecnológico. O conhecimento é um acto levado a cabo no campo da medição: "eu sei", ou "eu hei de saber": isso são tudo medidas que transferimos para o campo psicológico. Se se observarem poderão perceber facilmente como isso opera. Estamos sistematicamente a comparar no nível psicológico; será que não podemos pôr fim à comparação — o que também implicará o término do factor tempo? *Medir* significa comparar-me com o outro, desejar (ou não) ser como ele. Tanto o processo positivo como o negativo da comparação fazem parte desse acto de medir.

Será possível vivermos a nossa vida diária sem nenhuma comparação? Nós comparamos dois materiais ou comparamos entre duas cores de tecido. Porém será que não poderemos ser completamente livres da comparação, psicológica e interiormente- o que implica sermos livres de toda a medida? A medida é o movimento do pensamento. Mas, o pensamento não será capaz de cessar? Vejam bem, a maioria de nós procura deter o pensamento, coisa que é impossível, porque durante uma fração de segundos podemos dizer que paramos de pensar, porém isso constituirá um processo forçado, uma compulsão, uma forma de dizermos: "Consegui estar um minuto sem pensar."

Todos aqueles que já reflectiram profundamente nesta questão se interrogaram da possibilidade do pensamento alcançar um término. O pensamento tem origem no conhecido. E o conhecido é o conhecimento, e o passado igualmente. Não poderá esse pensamento atingir um fim? Não poderemos ser livres do conhecido? Nós estamos constantemente a funcionar com base no conhecido e agindo assim tornámo-nos extraordinariamente capazes e imitadores por meio da comparação. Estamos constantemente empenhados em ser alguma coisa. Assim, será que o pensamento pode chegar a um fim?

Estivemos a falar sobre o medir, sobre o controlo, a importância dos sentidos e da sua função adequada. Tudo isto faz parte da meditação.

Não poderá o cérebro, que tem milhões de anos de existência e se acha tão fortemente condicionado, tão repleto das coisas que o homem tem vindo a coleccionar ao longo dos séculos- esse cérebro que está sempre a actuar de um modo mecânico- não conseguirá ele livrar-se do conhecido sem jamais envelhecer fisicamente? Alguma vez se interrogaram se esse cérebro não

poderá abandonar o jugo que carrega de modo a libertar-se, sem jamais se deteriorar? Isso implica não registarmos nada psicologicamente, nem lisonja nem insultos, nem imposições, pressões, mas manter a "*fita completamente virgem"*. Então ele poderá manter-se jovem. A inocência significa que o cérebro jamais tenha sido magoado. A inocência não conhece a tristeza, nem o conflito, nem o sofrimento, nem a dor.

Quando esses sentimentos são registados no cérebro ele torna-se limitado, à medida que fisiologicamente vai envelhecendo. Conquanto que, se não houver registo psicológico nenhum, nesse caso o cérebro tornar-se-á extraordinariamente tranquilo e revigorado. Isso não é uma forma de esperança nem uma recompensa. Ou o fazem e o descobrem ou muito simplesmente aceitam as palavras, e dizem: "Como isso deve ser maravilhoso. Quem me dera poder experimentar isso". Devido a essa percepção as células do cérebro sofrem uma transformação e não mais se prendem às recordações. O cérebro deixa de ser o vasto depósito de antiguidades que era antes.

Depois, devemos igualmente interrogar-nos da *"existência de algo que seja sagrado, na vida."* Haverá alguma coisa que seja santificada, e não seja tocada pelo pensamento? Colocamos tudo aquilo que preservamos como sagrado e santo nas igrejas como símbolos- a Virgem Maria, o Cristo pregado na cruz. Na Índia eles possuem as suas próprias imagens, como, de resto, fazem nos países budistas; e essas imagens tornaram-se sagradas; tanto nomes como esculturas, imagens e símbolos. Mas existirá na vida alguma coisa que seja sagrada?

Por sagrado refiro-me ao que seja imortal e intemporal, que dure toda a eternidade e que não possua princípio nem fim. Mas isso não o poderemos descobrir- isso só poderá suceder quando tivermos descartado todas as coisas que o pensamento tiver criado como sagradas. Quando compreendermos as Igrejas com as suas imagens, a sua música, as suas crenças, os seus rituais, os seus dogmas, e os descartarmos completamente, e não mais aceitarmos o padre nem o guru, nem nos tornarmos seguidores. Então, nessa espantosa qualidade de silêncio poderá ocorrer algo que não tenha sido tocado pelo pensamento, porque esse silêncio não é criado pelo pensamento.

Temos de investigar toda a questão do silêncio. Temos o silêncio que existe entre dois ruídos; o silêncio que existe entre dois pensamentos; entre

duas notas musicais; o silêncio que sucede ao ruído; o silêncio que o pensamento cria quando diz: *"Devo ficar em silêncio"*- o que é completamente artificial e não possui qualquer autenticidade, como habitualmente se pensa- e o silêncio da mente que é forçada a permanecer nesse estado, quando nos sentamos tranquilos. Tudo isso são formas de silêncio artificial, não se trata do silêncio real, profundo, não-cultivado e não-premeditado.

O silêncio só poderá suceder, psicologicamente, quando não existir registo de forma nenhuma. Nesse caso a mente, e o próprio cérebro ficam absolutamente imóveis. E nessa profundidade de silêncio não-induzido, não-cultivado, não-praticado, pode suceder esse extraordinário sentido do imensurável e inominável.

Todo o movimento desta palestra, desde o começo até ao fim, faz parte da meditação.

3 Set 78

Harmonia entre o Conhecido e o Desconhecido

Como poderá a mente alguma vez ter a certeza de ter alcançado aquilo a que chama imensurável, inominável, "o mais sublime"? Na justa medida em que ela não pode certamente *conhecer* aquilo que é ilimitado e desconhecido- o que certamente não é passível de ser experimentado- tudo o que pode fazer é libertar-se da diversidade de dores, sentimentos de ansiedade, medo e desejos, que no final dá origem à ilusão. O *"eu"* e as suas imagens constitui o centro que divide todos os relacionamentos e, em consequência, instaura o conflito. Se a mente não tiver estabelecido um relacionamento adequado com o outro, a mera investigação ou procura da realidade não fará qualquer sentido, porquanto a vida é feita de relacionamento.

A vida é ação levada a cabo através da relação e se isso não for inteira e profundamente compreendido e estabelecido não poderemos ir muito longe. A simples procura destituída dessa compreensão torna-se uma forma de escape da realidade do relacionamento. Até que a mente estabeleça de modo intenso um comportamento correcto — uma ordem que possua em si mesma virtude — a procura e a investigação do que a realidade possa significar não terá qualquer sentido, porque uma mente presa do conflito só pode escapar para aquilo que ela *considerar* ser real.

Achando-se a mente de tal modo condicionada e moldada pelo ambiente, pela cultura em que nascemos, de que forma poderá descobrir aquilo que não é condicionado? Como poderá a mente, que está em permanente conflito consigo mesma, encontrar aquilo que jamais conheceu conflito? Portanto, nessa investigação, a procura não possui qualquer significado. Aquilo que faz sentido e possui significado é saber se a mente pode ser livre do medo, livre das suas pequenas lutas mesquinhas e egoístas, livre da violência, etc. Será que a mente — a vossa mente — pode tornar-se livre disso?

Isso representa a verdadeira investigação. Somente quando a mente for livre de verdade será capaz de se interrogar- sem correr risco nenhum de se enganar- sobre a existência ou não de algo que seja absolutamente verdadeiro, algo intemporal e imensurável. É muito importante descobrirem isso por si mesmos sabem, porque temos de ser uma luz para nós mesmos, já que possivelmente não podemos esperar receber essa luz de ninguém, nem ser esclarecidos por quem quer que seja. Terão de descobrir por si mesmos todo este movimento da vida com toda a sua fealdade e beleza, prazer e infelicidade, confusão, e assim poder sair dessa corrente. E se o fizerem — e eu espero francamente que o consigam- nesse caso que significado terá a religião? Todas as religiões organizadas são uma estrutura criada pelo pensamento, baseada numa lenda em torno de uma pessoa, ou de uma ideia, uma conclusão.

Mas isso não é religião, absolutamente. Religião é viver a vida de modo íntegro, total e sem fragmentação. A maior parte das nossas mentes acham-se cindidas e fragmentadas, e tudo aquilo que é fragmentado torna-se corrupto. Assim, que parte da mente ou do cérebro poderá ser funcional no mundo, no campo do conhecimento, e viver em liberdade com relação a esse conhecimento? Ambos os aspectos devem avançar de forma indissociável, num estado de harmonia.

Mas, se investigarmos profundamente isto, então perguntaremos: O que é a meditação? Procuremos descobrir por nós mesmos se isso terá algum sentido.

Mas para o podermos fazer temos de descartar completamente tudo aquilo que foi dito acerca da meditação. Será que conseguirão isso? Ou estarão presos na rede de armadilhas formada pelas ideias que outros terão anunciado acerca do que ela seja? Se estiverem presos nisso então estarão meramente a entreter-se ou à procura da luz do outro, por intermédio de um exercício

qualquer. Quando nos exercitamos, ajustamos a mente a um padrão estabelecido por alguma outra pessoa. Não sigam ninguém- nem sequer o orador!

Não aceitem o que quer que lhes digam porque vocês têm de ser uma luz para vós próprios; têm de conseguir firmar-se completamente em si mesmos, mas para o poderem fazer têm de ser livres das coisas do mundo, o que implica liberdade do *"eu"*, do ego com todas as suas agressões, vaidade, estupidez e ambição, porque vocês são o mundo e o mundo são vocês.

Portanto, o que é a meditação? Como poderemos descobri-lo? É óbvio que, para podermos perceber determinada coisa com toda a clareza a mente tem de permanecer em silêncio. Se quiser escutar aquilo que estiver a ser dito devo prestar atenção, já que a atenção possui essa qualidade de silêncio. Para podermos descobrir não só o significado das palavras como também passar além dele, temos de escutar com todo o cuidado. Nesse escutar não estamos a interpretar aquilo que dizem, nem a ajuizar, a avaliar, mas a escutar a palavra e o que está para além dela, conscientes de que a palavra não é a coisa, nem a descrição é aquilo que foi descrito; de modo que escutamos com toda a atenção.

Nessa atenção não existe nenhum *"eu"* na qualidade de ouvinte, um *"eu"* que se separa de vós que estais a falar, e que divide o *"eu"* do *"vós"*. Desse modo, para que a mente seja capaz de escutar com inteireza o que estiver a ser dito, e capaz de passar além da palavra, tem que prestar completa atenção. E conseguem muito bem fazer isso de forma natural quando olham para uma árvore com toda a atenção ou então quando escutam musica ou alguém que lhes conta algo profundamente grave e sério.

Esse estado de atenção em que o *"eu"* se encontra completamente ausente é meditação. Porque nesse estado não existe direção nem quaisquer fronteiras erguidas pelo pensamento, em torno da atenção. A atenção implica que a mente não possua nenhum desejo de adquirir, atingir, tornar-se alguém, vir a ser. Porque, de outro modo sucederá o conflito. Portanto, a atenção é a completa ausência de todo o conflito e caracteriza-se por um estado de espírito em que todo o direccionamento e vontade não tem lugar. E isso ocorre na medida em que os escuto, quando presto atenção ao ruído daquele pássaro ou contemplo aquelas espantosas montanhas.

Nesse estado de atenção não existe nenhuma divisão, na qualidade de observador e observado. Quando essa divisão surge instaura-se o conflito. No entanto isso representa apenas o começo da meditação. Se a mente for diligente na sua investigação, nesse caso necessitará de meditar porque, desse modo, a maneira como vivemos — que perdeu todo o seu significado- passará a tornar-se significativa. A vida tornar-se-á uma coisa móvel e passará a existir harmonia entre o conhecido e o desconhecido.

A meditação é uma forma diária de viver destituída de todo o controlo. A nossa vida é desperdiçada com toda a energia que dissipamos a procurar controlar. Passamos o tempo todo a controlar: *"eu devo,"* ou *"não devo," "devia," "não devia"*. . . Sempre a reprimir-nos, expandir-nos, retermos, sempre a retirar-nos, apegando-nos ou desapegando-nos; sempre a exercer a vontade a fim de nos realizarmos, ou nos erguermos — em todas essas situações está presente um direccionamento, mas onde este se fizer presente terá de existir controlo. Despendemos o nosso tempo todo a controlar e desconhecemos de que outra forma possamos viver completamente livres do controlo.

Exige-se-nos uma tremenda capacidade de investigação e um enorme sentido de seriedade para podermos descobrir um modo de viver em que não subsista nem sombra de controlo.

Porque será que temos a tendência de controlar tudo? E quem é a entidade que controla? O que é que ela controla ou reprime, dirige, molda, ajusta e imita? Podemos observar em nós próprios essa natureza contraditória dos desejos, o querer e o não querer, o fazer isto ao invés daquilo, e todos os contrários da dualidade. Mas existirá mesmo dualidade, existirá um oposto? Não me refiro ao contrário de homem e mulher, nem ao contrário de escuridão e luz. Existirá algum oposto interno, psicológico? Ou existe somente o que é?

O oposto só existe quando não sabemos o que fazer com *"o que é"*. Mas se soubermos, se a mente for capaz de lidar com isso, e passar além, então não necessitaremos de nenhum oposto. Quer dizer, se forem violentos, como a maioria é, a prática do contrário- ou não violência- será destituída de sentido porque prevalecerá todo um campo intercalar de tempo e nesse ínterim continuarão a ser violentos. O que faz sentido é preocuparmo-nos por ir além da violência- não para o oposto- mas tratar de nos vermos livres dele. Sempre

traduzimos o novo em termos do velho e desse modo jamais chegamos a abordar o novo com uma mente revigorada.

Traduzimos o novo tipo de reação ou o sentimento que possuímos no momento- como a violência — porque a olhamos com as ideias e conclusões, com as palavras e o sentido do passado. Desse modo o passado cria o oposto do *"que é"*. Porém, se a mente puder observar isso *"que é"* sem o rotular nem categorizar, sem o colocar numa moldura nem desperdiçar a energia para tentar escapar-lhe, e for capaz de o olhar sem o observador — que é o passado; olhar sem os olhos do passado, então seremos completamente livres disso. Experimentem-no e verão.

Não tiveram já ocasião de notar em si mesmos a existência de um espaço entre o observador e o observado? Nós olhamos as coisas desse jeito, de forma que resulta sempre uma divisão entre nós e a coisa observada. Observamos uma árvore e o observador (o passado) diz: *"É um carvalho"*. Mas quando faz referência ao carvalho isso implica um conhecimento do passado, e esse passado perfaz justamente o observador. Desse modo o observador é distinto da árvore. Isso torna-se um facto evidente. Porém, quando lidamos com factos psicológicos, será o observador diferente da coisa observada? Quando digo que sou violento, será o observador- aquele que vê, e que diz ser violento — diferente daquilo que considera violento? É óbvio que não.

Portanto, quando isso se separa do facto, pela qualidade do observador, cria dualidade e conflito, e depois procura fugir desse conflito de diversas formas, de modo que o observador torna-se incapaz de enfrentar o facto da violência. Esforçamo-nos por compreender esse acto de divisão causador de conflito — em termos de observador e observado — e em consequência perdemos a relação directa com o outro.

Na meditação a vida constitui um movimento total, não fragmentado nem dividido em *"eu"* e *"tu"*. Nela não existe nenhum *"eu"* para fazer a experiência. Conseguem perceber que a mente é incapaz de experimentar algo que não conheça? Provavelmente a mente não pode fazer a experiência do imensurável. Podem emprestar significado à palavra e dizer que experimentarão esse estado incomensurável, essa forma de consciência superior e tudo o mais, porém quem será aquele que o experimenta? Aquele

que experimenta é o passado, porém ele só pode reconhecer a experiência nos próprios termos desse passado, de modo que ele terá que o conhecer previamente. Portanto, na meditação não existe aquele que experimenta.

Se conseguirem perceber isso poderão alçar-se ao mais elevado dos céus! Não só precisam compreender todo este movimento do viver diário- que faz parte da meditação- sem nenhum controlo e, portanto, de forma isenta de conflitos e direções- como também têm que levar uma vida intensamente enérgica, activa, autêntica e criativa.

Na meditação a mente torna-se inteiramente silenciosa e quieta. O silêncio possui espaço, sabem, mas a mente não possui. Ela encontra-se demasiado apinhada com o conhecimento que adquirimos e acha-se constantemente ocupada consigo própria — com aquilo que tem que fazer, ou deixar de fazer, com o que deve atingir e ganhar ou o que os outros possam pensar disso. Está prenhe de toda a forma de conhecimento, opiniões, conclusões formado pelas ideias alheias.

De modo que chegamos a possuir muito pouco espaço mental, e essa falta de espaço constitui um dos factores da violência. Apesar de necessitarmos de espaço, possuímo-lo em muito pouca escala. E faz parte da meditação chegar a encontrar um espaço que não seja uma invenção do pensamento, porque se possuirmos espaço, a mente será capaz de funcionar de modo completo.

Um cérebro que possua uma ordem absoluta e não relativa, não deverá ser capaz de experimentar conflito e como tal possui espaço para se mover.

O silêncio é realmente uma coisa suprema da mais elevada ordem. Assim, o silêncio não é coisa que se idealize nem tente pôr em prática nem que procuremos ter em mente, porque no momento em que tivermos consciência de estar em silêncio, ele deixará de existir. O silêncio é ordem matemática suprema; nesse silêncio, as restantes partes do cérebro que não tiverem sido ocupadas nem se encontrarem em actividade, tornam-se activas.

Se não se achar em conflito, o cérebro possuirá muito espaço, não o espaço que é criado pelo pensamento, mas um sentido de espaço autêntico; espaço destituído de limites. Mas o pensamento não tem qualquer papel nisso. Eu emprego o pensamento na medida em que tenho que descrever tudo isso, e para esse fim tenho que recorrer à palavra de que necessito a fim de poder

comunicá-lo, porém, a descrição não é aquilo que é descrito. Desse modo, a mente e o cérebro tornam-se completamente silenciosos e passam a inserir-se nessa ordem suprema. E onde existir ordem deverá haver imensidão de espaço.

Mas sobre a questão do que reside nesse vasto espaço, ninguém vos poderá dizer nada, porque isso é absolutamente indescritível. Quem quer que vo-lo descreva - seja quem for que isso não terá qualquer importância- ou que procure atingi-lo pela mera repetição de palavras e toda essa insensatez, estará a profanar algo verdadeiramente santo e sagrado. Mas isso é meditação. Faz parte do nosso viver diário, não se trata de algo que se empreenda num determinado momento especial, ao acaso, mas está sempre aí pronto a trazer ordem a tudo o que se realiza. E nisso existe uma enorme beleza. Não se trata da beleza daqueles montes ou das árvores nem a dos quadros expostos no museu; tampouco a da música, porque isso é que é a beleza e também amor.

21 Julho 1983

A Vivência do Sagrado

A actividade do *"eu"* sempre impossibilitará a meditação. Muito importa compreender isso de verdade e não só verbalmente. A meditação é um processo de esvaziamento da mente, por parte de toda a actividade do *"eu"*. Se não compreenderem a actividade do *"eu"*, nesse caso a vossa meditação será portadora de engano, ilusão e distorção acrescida. Assim, para entenderem o que é a meditação têm de compreender as actividades do *"eu."* O *"eu"* foi submetido a um milhar de experiências mundanas, sensuais e intelectuais, de que se entediou quando descobriu a sua falta de sentido.

O desejo de experiências transcendentais, mais vastas e expansivas faz parte do *"eu."* Quando vivenciamos tal tipo de experiências ou visões temos de ser capazes de as reconhecer, porém se as reconhecermos elas deixarão de ser novas para serem a mera projeção do nosso passado e do nosso condicionamento, com os quais a mente se deleita como se fossem novas.

Não concordem comigo mas tratem de perceber a verdade disso, de modo que se trate dum percebimento vosso.

Uma das exigências, necessidades ou desejos da mente- ou do *"eu"* — consiste em transformar aquilo que é no que *"devia ser"*. Como desconhece o que há de fazer com *"o que é"* — porque se vê incapaz de o solucionar — projecta uma ideia do que devia ser, que constitui o ideal. Essa projeção uma antítese do que é, e dessa forma instaura-se o conflito entre *"o que é"* e o que devia ser. E esse mesmo conflito é o sangue, o alento desse *"eu."* Outra actividade do *"eu"* consiste na vontade — a vontade de ser, de mudar.

A vontade é uma forma de resistência em que fomos educados desde a infância, que chegou a assumir um aspecto imensamente importante, económica, social e religiosamente. A vontade constitui uma forma de ambição que origina o desejo de controlo- controlar um pensamento com outro pensamento, uma actividade do pensamento pelo emprego de outra, etc.: *"Preciso controlar o desejo que me impele"*. . .

O *"eu"* é criado pelo pensamento ou por uma declaração verbal que assume essa forma, com todas as suas lembranças e experiências. E depois esse pensamento procura controlar, moldar e negar o outro pensamento. Outra das actividades do *"eu"* consiste na sua separação sob a forma de *"mim"*, o observador. Mas o observador é o passado, com todo o seu saber, experiência e recordações acumuladas. Desse modo o *"eu"*, o *"mim"* chega a dividir-se, sob a forma de *"eu"* (o observador) e *"tu"* — (o observado); chega a dividir-se em *"nós " e "eles"*; nós, os alemães, os comunistas, os católicos, os hindus — e eles, os pagãos etc., etc.

Mas enquanto as atividades subsistirem do *"eu"* — o *"eu"* como observador, aquele que controla, a vontade etc. — enquanto subsistir a experiência exigida e desejada- a meditação tem que tornar-se uma forma de auto-hipnose, uma fuga da vida diária, uma evasão de toda a infelicidade e problemas. E enquanto subsistirem essas actividades deverá prevalecer o engano. Percebam a realidade disso de forma autêntica e não só verbalmente. Todo aquele que pretender pesquisar a natureza da meditação, e quiser ver o que sucede, terá de compreender todas as actividades desse *"eu."*

A meditação é o esvaziamento da mente de toda a actividade do *"eu"*. Porém, não conseguirão esvaziar a mente da actividade do *"eu"* por intermédio de nenhuma pratica ou método, nem questionando-se sobre o que devem fazer. Portanto, quando se interessarem realmente por essa questão, terão de descobrir por vós próprios a própria actividade do eu- através dos

hábitos adquiridos, declarações verbais, gestos, da culpa que cultivam e a que se agarram como se de alguma coisa preciosa se tratasse (ao invés de a arremessar para longe) formas de castigo- todas as actividades do *"eu"*. Mas isso exige atenção.

Mas, o que é estar atento? A atenção implica uma observação destituída de todo o tipo de escolha, uma observação isenta de interpretação, tradução e distorção. Mas isso não poderá ocorrer enquanto existir um observador que se esforce por ficar atento. Será que não poderão tornar-se atentos de modo que nessa atenção subsista somente observação sem observador?

Escutem isto. Tomaram conhecimento da declaração que refere que a atenção é uma qualidade mental em que o observador e as suas escolhas devem estar ausentes. Escutaram essa declaração e assim tratam imediatamente de a pôr em prática, perguntando o que devem fazer, e de que forma poderão ficar atentos sem o observador. E de seguida exigem uma ação imediata — o que significa que na realidade não prestaram atenção á declaração, estando mais preocupados em colocar essa afirmação em prática do que em olhá-la.

É como contemplar uma flor e cheirá-la. A flor está ali com toda a sua beleza, a sua cor e delicadeza. Mas vós olhais para ela e de seguida colhem-na e aí ela fica feita em bocados. E fazem exactamente a mesma coisa quando escutam a declaração de que não pode existir observador na atenção (porque se houver então subsistirá a questão da escolha e do conflito).

Escutam essa declaração e a primeira reação da mente consiste em procurar descobrir *"de que forma o poderão conseguir"*. Na verdade, desse modo estão mais preocupados com o que fazer com respeito à declaração do que em escutá-la. Se a escutarem de modo completo então poderão aspirar o seu aroma, a sua verdade. E essa verdade, esse perfume é que actuará — e não o *"eu"*, que está sempre a lutar para agir com rectidão. Percebem?

De modo que, para podermos descobrir a beleza e a profundidade da meditação precisamos investigar as actividades do *"eu"*, criadas pelo tempo. Dessa forma têm de entender o tempo.

Escutem isto, por favor. Escutem, não façam nada com respeito à questão mas procurem unicamente escutar. Procurem descobrir se será verdade ou

não. Observem somente. Escutem com o coração ao invés da mente grosseira. O tempo é movimento tanto físico como psicológico. Necessitamos de tempo para podermos deslocar-nos daqui para ali. Mas psicologicamente, a ação do tempo consiste na mudança do *"que é"* para o que *"deve ser"*. De forma que o pensamento — que é tempo — jamais poderá aquietar-se por ser um movimento que faz parte do *"eu"*.

Estávamos a afirmar que o pensamento constitui o movimento do tempo, pois faz parte da resposta do conhecimento, da experiência e da memória — que são tempo psicológico. Assim, o pensamento jamais poderá aquietar-se. O pensamento não poderá jamais renovar-se, nem produzir liberdade.

Se tomarmos consciência dos movimentos do *"eu"*, em todas as suas formas de actividade — ambição e busca de satisfação através do relacionamento- dessa consciência resultará a qualidade de uma mente completamente silenciosa. Não se trata do pensamento ficar imobilizado — entendem a diferença? A maior parte das pessoas procura controlar o pensamento, esperando dessa forma conseguir um estado de quietude mental. Conheci dúzias de pessoas que se exercitaram durante anos a fio com a finalidade de controlar o pensamento, na esperança de conseguir que a mente permaneça verdadeiramente em silêncio.

Porém não percebem que o pensamento constitui um movimento. Podemos dividir esse movimento em observador e observado, em pensador e pensamento, controlador e controlado mas ainda assim deverá tratar-se de um movimento. O pensamento nunca poderá permanecer imóvel; se ficar imóvel fenece. Portanto, ele não pode abrigar a pretensão de ficar quieto. Se já tiveram ocasião de pensar nisso com seriedade íntima, então poderão ter percebido que a mente se torna completamente imóvel, sem ser forçada a tal nem controlada ou hipnotizada.

E ela precisa ficar tranquila porque somente nesse estado poderá ocorrer algo inteiramente novo e irreconhecível. Se forçarmos a mente a permanecer serena por meio de diversos exercícios, truques ou choques, nesse caso tratar-se-á da quietude de uma mente que teve de lutar com o pensamento para o conseguir, controlando — o e reprimindo — o para o efeito. E isso é completamente diferente da mente que entendeu a actividade do *"eu";* da mente que entendeu o movimento do pensamento como tempo. Essa atenção

para com todo o movimento produz a qualidade da mente completamente silenciosa em que o *"novo"* pode ocorrer.

A meditação consiste no esvaziar da mente de toda a actividade do *"eu"*.

Mas, tal processo requererá tempo? Será que o esvaziamento, ou antes (não empregarei o termo *esvaziar* senão podem assustar-se) esse processo do *"eu"* poderá atingir um término no espaço de tempo de dias ou de anos? Ou terá de terminar de modo instantâneo?

Será tal coisa possível? Tudo isso faz parte da meditação. Quando pensam que conseguirão ver-se livres do *"eu"* de forma gradual, isso deve-se em parte ao vosso condicionamento, e entretanto vão procurando divertir-se. Quando introduzem a palavra *gradualmente* isso envolve um certo período de tempo, e durante esse período vocês divertem-se- com todos os prazeres e sensações de culpa que tanto prezam e insistem em preservar, e toda a ânsia que lhes confere idêntica sensação de estarem a viver.

E para conseguirem liberdade com relação a isso tudo, dizem: "Ah, isso vai levar o seu tempo". Faz parte da nossa cultura e do nosso condicionamento evolutivo. Mas será que, psicologicamente necessitamos de algum tempo para pôr término às actividades do *"eu"*? Ou será que não, em absoluto, necessitando apenas da libertação de um novo tipo de energia que afaste instantaneamente isso tudo?

Será que a mente poderá perceber a falsidade da proposição de que necessitamos de tempo a fim de dissolvermos as actividades do *"eu"*? Será que consigo perceber a falsidade disso? Ou percebo intelectualmente que isso não está muito claro e desse modo continuo com as mesmas ideias? Se perceber a falsidade da coisa, então ela deixará de existir- não será? E o tempo deixa de estar envolvido. O tempo só é necessário quando existe a análise, a inspeção ou o exame de todo o fragmento que constitui o *"eu."*

Quando conseguir perceber todo esse movimento sob a qualidade de tempo, ele deixa de ter validade, a despeito de o termos aceite como inevitável. E então, devido a que a mente consiga perceber a falsidade disso, a coisa finda. Nós não nos abeiramos demasiado de um precipício, a menos que sejamos desequilibrados ou loucos (mas nesse caso também é provável

que nos atiremos dele); se formos sensatos e tivermos consciência, mantemo-nos afastados dele.

O afastar-se do precipício não é coisa que exija tempo mas trata-se duma ação instantânea proveniente da percepção daquilo que nos acontecerá se nos lançarmos. Portanto, se percebermos, de igual modo, toda a falsidade dos movimentos do pensamento e da análise, da aceitação do tempo, etc., nesse caso ocorrerá essa ação instantânea do pensamento, na qualidade de *"eu,"* que porá término a si mesmo.

Portanto, a vida religiosa é uma vida de meditação, em que todas as actividades do *"eu"* se acham ausentes. E nós podemos viver essa forma de vida todos os dias. Quer dizer, podemos viver uma vida como seres humanos com permanente vigilância e observação, com uma mente atenta e capaz de observar os movimentos do *"eu."* Todavia, essa observação há de proceder do silêncio e não da conclusão.

Como resultado da mente ter observado as actividades do *"eu"* e tenha percebido a sua falsidade, a mente torna-se extraordinariamente sensível e silenciosa. Desse modo, ela poderá agir a partir desse silêncio. *No nosso dia-a-dia!* Compreenderam bem? Mas será que partilhamos dessa compreensão? Isso diz respeito à vossa vida, não à minha. Reporta-se à vossa vida repleta de tristeza, tragédia, confusão, culpa, recompensa, castigo.

A vossa vida é tudo isso. E se forem sérios terão procurado desvendar tudo isso. Leram algum livro ou obtiveram a orientação de algum professor, escutaram algum indivíduo, mas o problema teima em persistir. Esses problemas terão que subsistir enquanto a mente humana se mover dentro dos limites das actividades do *"eu"*, e *terão* forçosamente de incrementar os problemas.

Quando observarem, e obtiverem uma extraordinária consciência dessa actividade do *"eu,"* então a mente tornar-se-á extraordinariamente quieta, sensata, sagrada. E com esse silêncio a nossa vida será transformada nas suas atividades do dia-a-dia.

A religião consiste no findar do *"eu"* e na ação que brota desse silêncio. Essa forma de vida reflectirá o sagrado e tornar-se-á repleta de sentido.

21 Julho 1983

Observação que Brota do Silêncio

Para descobrirmos o significado do amor não deveremos estar livres do sentimento de posse, do sentimento de apego, do ciúme, da irritação, do ódio, da ansiedade e do medo? Tomemos por ora a libertação do apego. Quando sentimos apego, a que coisa nos sentimos apegados? Suponhamos que sentimos apego por uma mesa qualquer. Que coisa implica esse sentimento? Prazer, uma certa sensação de posse, a apreciação da sua utilidade, e sensação de ser uma coisa estupenda, etc. E quando um indivíduo sente apego por outro, o que acontece? Quando alguém sente apego por nós, que sensação sentirá? Há nesse apego uma sensação de orgulho pela posse, uma sensação de domínio, medo de nos perder e portanto ciúme, e desse modo um fortalecimento do sentimento de apego, uma maior sensação de posse e ansiedade. Mas, a ansiedade do apego não significará ausência de amor e responsabilidade?

Para a maioria de nós amar significa esse conflito terrível existente entre os seres humanos, que torna as relações pessoais num perpétuo acto de ansiedade. Isso é sobejamente conhecido, e escusado seria referi-lo. Mas nós chamamos a isso *amor*. E depois, para podermos fugir dessa enorme tensão a que chamamos *"amor"*, recorremos a todo o género de entretenimentos, desde a televisão até á religião; de seguida voltamos a sentir-nos postos em questão e uma vez mais voltamos costas em direção à Igreja, ou ao templo para, uma vez de volta fazermos exactamente a mesma coisa. Isso está a acontecer o tempo todo. Será que o homem (ou a mulher) não poderão ver-se livres disso tudo, ou tal coisa é impossível?

Se não for possível então a vida deve ser um estado de perpétua ansiedade em resultado do que ocorrerá todo o tipo de atitudes, crenças e actos neuróticos. Será, pois, possível sermos livres do apego? Isso implica uma tarefa e tanto. Será que conseguiremos ter liberdade do apego e ainda assim possuir um sentido de responsabilidade? Mas ser-se livre do apego não quer dizer o seu contrário, o desapego.

Muito importa entender isto porque quando sentimos apego e conhecemos a sua dor, a sua ansiedade, dizemos: *"Por amor de Deus, tenho que me*

desafeiçoar de todo este horror". E assim dá-se início a toda uma luta pelo desapego e pelo conflito.

Se tivermos consciência da palavra e do facto (da palavra apego) e possuirmos liberdade com relação à palavra, com relação á sensação, não seremos então capazes de observar a sensação sem nenhum julgamento, e perceber se dessa observação total não poderá ocorrer um movimento completamente distinto que nem constitua apego nem desapego? Estarão a empreender isso á medida que conversamos ou estão meramente a escutar um amontoado de palavras?

Têm consciência que possuem uma vasta sensação de apego por uma crença, um preconceito, uma conclusão, uma pessoa ou por algum ideal-apego esse que lhes dá um enorme sentido de segurança, mas que todavia é uma ilusão, não será?

É uma ilusão estar-se apegado a alguma coisa, simplesmente porque essa coisa pode desaparecer. Por isso aquilo a que estão apegados é a imagem que criaram acerca da coisa. Assim, poder-se-á ser livre do apego de modo que daí resulte um sentido de responsabilidade que não constitua nem um dever nem uma obrigação?

E que coisa será então o amar se não houver sentimento de apego? Se sentirmos apego pela nação, passaremos a venerar a nação com todo um sentido de isolamento em relação às demais, o que é uma forma de tribalismo glorificado. Mas isso deverá contribuir para nos dividir, não será? Se eu possuir um tremendo sentido de ligação á minha nacionalidade de Hindu e vós tiverdes idêntico sentimento com relação á vossa nacionalidade de franceses, italianos ou ingleses, então estaremos apartados e a guerra com toda a sua complexidade só poderá ter continuidade.

Já se não possuirmos tal sentimento de apego o que é que acontecerá? Poderá ocorrer o amor? Por isso, o apego é separativo. Se estiver apegado á minha crença e vós á vossa, desse jeito ocorrerá uma separação. Vejam as consequências e as implicações disso. Onde houver apego haverá separação e portanto conflito. E onde houver conflito não poderá haver amor.

Que relacionamento haverá entre duas pessoas se existir liberdade do apego e das suas implicações? Poderá ser o início da compaixão? Utilizo a palavra *início* mas não enveredem já por aí.

Se não existir o sentimento de nacionalidade nem apego a qualquer crença ou conclusão então as suas relações brotarão de um sentimento de liberdade, amor e compaixão. Vejam bem, isso faz parte da tomada de consciência.

Mas, deveremos empregar a análise, como o fizemos para ver o significado do apego- com todas as suas implicações- ou poderemos observar a sua totalidade instantaneamente e *só então* analisar? Não ao contrário, muito embora estejamos acostumados á análise e com ela despendamos muito tempo. Mas propõe-se algo completamente diferente: observar — perceber a sua totalidade e então analisar. Então isso tornar-se-á muito simples. Porém, se analisarmos primeiro e de seguida procurarmos alcançar a totalidade podemos ser mal sucedidos; e isso é o que geralmente acontece.

Mas, a observação da totalidade de uma coisa — que significa não impor sentido nenhum de direção- tanto torna a análise importante como não importante, de modo que tanto podeis empregar a análise como não.

Gostaria porém, de adentrar uma outra questão a que isto conduz. A de sabermos se existe algo de sagrado na nossa vida, que faça parte de tudo isto. Existirá na nossa vida alguma coisa sagrada, santificada? Removam a palavra, separem a palavra da imagem e do símbolo — o que é bastante perigoso- e tendo-o feito questionem-se se existirá alguma coisa verdadeiramente sagrada na vida, ou se tudo não será um mero agregado superficial do pensamento- porque o pensamento não é sagrado. Concordam? Mas vocês pensam que o pensamento e aquilo que ele reuniu são sagrados, porque foram condicionados a tal coisa; fomos condicionados como hindus, budistas ou cristãos a venerar, a adorar, a orar para coisas que o pensamento criou. E chamámos isso de sagrado.

Temos que descobrir isso porque se não pesquisarmos a existência do que seja verdadeiramente sagrado- e não reunido pelo pensamento, a vida torna-se cada vez mais superficial e mecânica, e então a questão de pôr fim a essa forma de vida será completamente destituída de sentido.

Vejam bem, nós encontrámo-nos de tal modo apegados ao pensar e a todo o seu processo que chegamos a venerar as coisas que o pensamento criou. A imagem, o símbolo, a escultura, que foram criados quer pela mão quer pela mente, constituem um processo de pensamento. Mas o pensamento é memória, experiência e conhecimento; tudo isso é o passado e esse passado modifica-se através da tradição; e por sua vez esta torna-se a coisa mais sagrada. Assim, veneramos a tradição, não é mesmo?

Haverá alguma coisa que não tenha nada que ver com o pensamento nem com a tradição, com rituais e todo esse circo? Temos de o descobrir. Mas como haveremos de o fazer? Não que tenhamos de recorrer a qualquer método, porque ao utilizar a palavra *como*, não estou a sugerir método nenhum.

Existirá pois alguma coisa sagrada na vida? Há todo um conjunto de pessoas que afirma não existir nada sagrado, absolutamente. Dizem que somos o resultado do meio, cuja estrutura podemos modificar sem precisar recorrer a conversa nenhuma com relação ao que quer que seja desse domínio; dizem eles que se agirmos de modo mecânico poderemos tornar-nos indivíduos perfeitamente felizes. Porém, se formos verdadeiramente sérios com relação à questão- e temos que ser profundamente sérios — não pertenceremos nem ao bloco materialista nem ao religioso; que, por sua vez também se acha fundado no pensamento. Em vez disso temos de descobrir a resposta. Não afirmaremos coisa nenhuma, mas trataremos de começar a inquirir.

Mas, o que significa inquirir, de modo a podermos descobrir na nossa vida essa questão do sagrado, desse algo santificado - não na nossa vida, mas- *na vida*- no viver? Haverá alguma coisa supremamente sagrada? Ou não existirá absolutamente nada?

Precisamos possuir uma mente bastante silenciosa, pois somente nessa liberdade poderemos descobri-lo. Temos que ter liberdade para olhar porém, se dissermos que é preferível manter as crenças, que nos são mais gratificantes, então não seremos livres. E se dissermos que tudo não passa dum processo material, um movimento do pensamento, também não seremos livres. Assim, para o observarmos, tem de haver liberdade com relação às imposições da civilização, dos desejos pessoais, às esperanças pessoais, aos preconceitos, aos anseios e aos medos.

Só podemos observar quando a mente se encontra completamente silenciosa; será que ela poderá permanecer nesse estado sem movimento completamente nenhum? Porque se houver movimento haverá distorção.

Achamos isso terrivelmente difícil porque o pensamento eclode imediatamente e aí dizemos ter de o controlar. Todavia o controlador é a coisa controlada, e se o perceberem, se perceberem que o pensador é o pensamento e que o controlador é a coisa controlada- e o observador a coisa observada — então todo o movimento cessará. Então tomaremos consciência de que a irritação é parte do observador que diz estar irritado, e de que a irritação e o observador são a mesma coisa. Isso é bastante simples e evidente. Do mesmo modo, o pensador que procura controlar o pensamento é ainda pensamento. Se tomarmos consciência disso o movimento do pensamento cessará.

E quando não subsistir nenhum movimento na mente- nenhum tipo de movimento - então esta permanecerá naturalmente quieta sem esforço nem compulsão e sem o desejarmos. Ela tornar-se-á naturalmente imóvel. Não se trata de uma imobilidade cultivada porque isso constitui um processo mecânico e não imobilidade, de todo — mas somente uma aparência de imobilidade.

Desse modo resultará liberdade e isso implicará tudo aquilo de que falamos; nessa liberdade haverá silêncio, silêncio esse que significa ausência de movimento. Então, seremos capazes de observar, porque então *existirá* observação; então existirá unicamente observação e não o observador a observar. Então só existirá observação procedente do completo silêncio, da completa imobilidade da mente.

E que acontece nesse estado?

Se tivermos avançado até esse ponto- que significa liberdade do próprio condicionamento, e assim também ausência de todo o movimento, completo silêncio, imobilidade — então a inteligência entra em operação, não será? Porque perceber a natureza do apego e das suas implicações e obter um vislumbre disso significa inteligência. Somente quando tivermos chegado a esse ponto- que significa que seremos livres- e movermos a operação da inteligência, poderemos ter uma mente serena, saudável e tranquila. E nessa tranquilidade descobriremos se existe alguma coisa verdadeiramente sagrada ou não.

1 Agosto 1976

A Esclarecimento Individual Não é uma Condição Fixa

Devíamos considerar a relação que possa existir entre a religião e a vida diária, a existência ou não de algo inominável, dum certo estado intemporal da mente. Tanto podemos chamar isso iluminação como consciência absoluta da verdade.

Poderá alguma vez a mente humana alcançar algo que seja incorruptível e não-criado pelo pensamento, algo que — a existir — possa conferir um certo aroma, uma certa beleza, encanto, á nossa vida?

Se observarmos através da história, o Homem tem vindo a procurar por meio de diferentes modos algo que se situe para lá do viver comum, para lá deste mundo, e nesse sentido empreendeu tudo o que lhe era possível — jejum, auto-sacrifício, comprometeu-se com todas as formas de comportamento neurótico, de veneração dos mitos e heróis lendários e a aceitação da autoridade de quantos diziam: *"Conheço o caminho, por isso sigam-me."*

O Homem, quer se encontre no Ocidente quer no Oriente ocupou-se sempre com a investigação dessa questão. Mas os intelectuais, os filósofos, os psicólogos e os analistas, vêem isso como um procedimento neurótico totalmente destituído de valor. Isso, para eles, não passa de uma forma de histeria, um processo qualquer de fazer crer, algo a ser inteiramente evitado. Mas, por se verem rodeados de expressões absurdas levadas na conta de religião (e todos esses comportamentos incríveis e destituídos de razão e substância) preferem lidar com aqueles que possam ajustar-se aos padrões já estabelecidos, ou àqueles que julgam correctos.

Deveis ter podido observar isso dos mais variados modos. Contudo, o intelecto é apenas um aspecto da vida — que todavia possui o seu lugar dentro de todo um quadro de normalidade — não obstante as pessoas terem conferido uma importância extraordinária á capacidade de raciocinar, à capacidade de perseguir um determinado aspecto da lógica ou estabelecer uma actividade baseada na razão ou na lógica. Porém os seres humanos não são meras

entidades lógicas mas sim seres amplamente complexos. Todavia, como já tereis tido ocasião de observar, o Homem procura encontrar uma resposta que seja racional e plena de sentido de totalidade, um sentido profundo que não seja inventado pelo intelecto; e vem empreendendo-o com determinação, desde a antiguidade.

Da forma como é organizada a religião mais se parece a um negócio e a uma vasta maquinação destinada a condicionar a mente de acordo com certas crenças ou dogmas, rituais e superstições, negócio esse altamente proveitoso, que nós aceitamos por faltar beleza á nossa vida e vivermos vazios, num anelo por lendas místicas e românticas e na adoração de mitos. No entanto, nenhuma das coisas que o homem tenha criado, quer no plano material quer no psicológico, terá alguma coisa a ver com a realidade, sob qualquer aspecto que seja.

Em que consistirá a mente que se encontra livre de todo o empenho humano e afastou tudo aquilo que o esforço criou, na busca que empreende por essa coisa chamada *"realidade"*? Isso é uma das coisas mais difíceis de colocar em palavras- pois temos que utilizar as palavras; porém a comunicação não se dá somente no nível verbal, mas no não-verbal de igual modo. O que significa que tanto vós como o orador devem pesquisar juntos no mesmo nível e com idêntica intensidade; isso possibilitará uma comunhão entre ambos.

Estamos a procurar comungar não somente de modo não-verbal como também verbalmente, com relação a esta questão extraordinariamente complexa que exige clareza de pensamento e objectividade, e estamos também a tentar ir além de todo o pensamento.

A meditação não se destina aos imaturos; eles poderão fingir que meditam, como o fazem quando ostentam posições de pernas cruzadas e uma respiração especial; como quando se põe a fazer o pino e ingerem drogas com a intenção de experimentar algo original. Mas jamais poderão descobrir de que modo chegar àquilo que é intemporal e eterno através do uso de drogas, prática de jejum ou qualquer outro sistema; porque não existem atalhos que conduzam a isso. Tem que se trabalhar duro.

Temos que tomar consciência daquilo que fazemos e do que pensamos, e temos de fazê-lo sem distorções. Mas isso requer uma enorme maturidade,

não a maturidade que a sobrevem com a idade, mas a da mente que é capaz de observar o falso como falso; capaz de observar verdadeiro no falso e a verdade como verdade. E só isso constitui a maturidade, quer se exprima na cena política, no mundo dos negócios ou no relacionamento pessoal.

Provavelmente escutaram a palavra *meditação* ou leram alguma coisa sobre o assunto, seguiram a orientação de algum guru, que lhes indicou o que fazer ou algo assim, mas eu preferiria que nunca tivessem escutado tal palavra porque então possuiriam uma mente suficientemente fresca para poder inquirir. Alguns deslocaram-se á Índia — eu não sei por que eles vão lá! A verdade não se acha lá; poderão talvez encontrar romance porém a verdade não tem nada que ver com o romance. *A Verdade está onde vocês estiverem*; não no estrangeiro mas aí precisamente onde estiverem presentes.

A verdade está naquilo que fazem e no modo como se comportam. Está *nisso* e não no rapar a cabeça nem toda a estupidez que é levada a cabo. E, porque deverão meditar? A palavra significa ponderar, olhar, perceber, reflectir, ver com clareza. E para vermos com clareza e observarmos sem distorção temos que ter atenção para com o nosso passado, para com o próprio condicionamento; procurar tão só obter consciência disso, sem o alterar, sem o modificar nem transformar, e sem procurarmos ver-nos livres dele. Observar somente.

Nessa observação e percepção clara e sem distorções de todo o conteúdo da consciência, reside o começo e o fim da meditação. O primeiro passo há de ser também o último. Mas, porque deveremos meditar? E em que consiste a meditação?

Se já se puseram á janela pela manhã a ver a extraordinária beleza da luz do amanhecer e as montanhas á distância ou a luz reflectida nas águas, e observaram tudo isso sem uma palavra e sem dizer para convosco *"como isto é maravilhoso"*; se o observaram completamente atentos então a mente deve ter ficado inteiramente silenciosa. Porque de outro modo não podemos observar nem escutar, sabem?

Assim a meditação reflecte a qualidade da mente silenciosa que se acha num estado de completa atenção. Somente nesse estado poderão perceber a flor com a sua beleza, a sua cor e forma; somente assim a distância entre vós e a flor pode deixar de existir. Não que devam passar a identificar-se com a flor

mas o elemento do tempo desaparece, bem como a distância que existe entre vós e a flor.

Podemos observar com muita clareza quando o fazemos de modo não verbal, impessoal, atento, clareza essa que não possui um "*eu*" por centro. A meditação é isso. Mas, para vermos se somos capazes de observar desse modo, sem distorção e sem o "*eu*" a interferir como memória, requer-se muita investigação. E isso implica que o pensamento não deve interferir na observação; quer dizer, observar sem que a imagem intervenha nas relações pessoais, observar o outro sem as imagens que construímos acerca dele.

Não sei se já o tentaram. Vocês são essa imagem; esse "*vós*" que acumulou várias impressões, várias reações em relação ao outro — isso forma essa imagem que os divide também do outro; mas essa divisão acarreta conflito. Além disso, quando não existe imagem nenhuma podemos observar o outro com um sentido de total atenção, sentido esse que conterá amor, compaixão e, portanto ausência de conflito. Isso é observar sem o observador.

Desse mesmo modo observamos a flor, observamos tudo o que nos diz respeito, sem divisão, porque a divisão implica conflito e só existe conflito enquanto o pensamento se mantiver prevalecente. Mas para a maioria de nós o pensamento e a sua actividade, o seu movimento, são muito importantes.

Assim, coloca-se-nos a questão de saber se o pensamento poderá ser controlado. Teremos de controlar o pensamento para que ele não interfira, deixando, todavia, que funcione no seu devido lugar? Porém todo o controlo implica supressão, direccionamento, observância dum padrão, imitação, conformidade.

Fomos treinados desde a infância para controlar e em reação a isso o mundo moderno diz: *"eu não me vou controlar; vou fazer o que quiser"*. Não se trata de fazer o que se quer porque isso é absurdo. E todo esse sistema de controlo é igualmente absurdo pois o controlo existe somente quando não há compreensão; quando vemos uma dada coisa com muita clareza então não há necessidade de controlo.

Se a mente perceber com toda a clareza o modo como o pensamento interfere e divide, e perceber que a sua função sempre se situa no campo do conhecido nesse caso essa observação evitará todo o controlo do pensamento.

O termo disciplina significa aprender, porém não se trata do conformismo mecânico que é vulgarmente aceite mas refere antes uma qualidade da mente que se encontra livre de todo o controlo e possui capacidade de aprendizagem. Enquanto houver aprendizagem não haverá necessidade nenhuma de controlo. Quer dizer, á medida que vamos aprendendo também agimos.

A mente que investiga acerca da natureza da meditação tem que ser capaz de aprender, e esse aprender trás a sua própria ordem, que é necessária á vida pois é virtude e modo correcto de comportamento; não se trata da ordem imposta pela sociedade ou por uma cultura, pelo ambiente, por qualquer forma de compulsão ou obediência. A ordem não é um modelo, porque só pode existir com a compreensão da desordem, não no exterior mas dentro de nós. Mas essa ordem surge através da negação da desordem.

Desse modo devemos atender á desordem existente na nossa vida, ás contradições que carregamos, aos desejos contraditórios, ao modo como dizemos algo e depois acabamos por pensar e fazer outra coisa completamente diferente.

A observação, a compreensão da desordem, a atenção sem escolha da desordem suscita uma ordem natural, isenta de qualquer esforço, e nós necessitamos de uma ordem assim. A meditação é um processo de viver com clareza no relacionamento, sem conflito nenhum. A meditação é a compreensão do medo bem como do prazer. A meditação é essa coisa chamada amor e a liberdade da morte, a liberdade de permanecermos completamente sós.

Isso é uma das coisas mais espantosas na vida, porque se interiormente — psicologicamente — não pudermos permanecer sós, então não podemos possuir liberdade. Porém, essa solidão não é isolamento nem retiro; ela ocorre quando na verdade fazemos a negação completa — não verbal mas efectiva; com a própria vida — de tudo aquilo que o Homem ergueu com o seu medo e prazer, a sua busca de algo que se encontre para lá da rotina diária da vida.

Se chegarmos aí, veremos que só a mente que é destituída de ilusões e não segue ninguém, e desse modo se vê livre de todo o sentido de autoridade, só essa mente poderá abrir a porta; só ela poderá chegar a perceber se existe ou não essa qualidade intemporal.

É importante que compreendamos a questão do tempo, não do tempo cronológico do dia-a-dia — que é bastante óbvio e simples- mas do tempo psicológico; o tempo do amanhã- *"eu serei alguém"* ou *"eu serei bem-sucedido."* É importante que compreendamos se toda essa ideia de progresso-do tempo daqui até então — não será uma invenção do pensamento. Certamente que houve um progresso óbvio desde o carro de bois até ao avião a jacto, no entanto poderemos afirmar que exista progresso psicológico, como o "*eu*" que se torna melhor, mais nobre e sensato?

Poderá o "*eu*" que é o passado, o "*eu*" que acumulou tantas coisas — insultos, lisonja, dor, conhecimento, sofrimento — poderá ele progredir para um estado melhor? Porque para avançar deste estádio até ao "*melhor*" necessitamos de tempo; do mesmo modo, necessitamos de tempo se quisermos tornar-nos alguma coisa. Mas acontecerá tal coisa como tornarmo-nos alguém ? Tornar-nos-emos alguma coisa melhor — "melhor" no sentido pessoal; numa pessoa com nobreza de carácter e destituída de conflito?

Essa pessoa, esse "*eu*" é a entidade que divide em "*eu*" e "*não-eu*" — nós e eles; um "*eu*" americano e um "*eu*" hindu ou russo ou o que quer que seja. Assim, poderá o *"eu"* alguma vez tornar-se melhor? Ou será que esse "*eu*" tem que terminar inteiramente e não pensar mais em termos de melhor nem de se tornar algo mais? Quando admitimos o factor *mais* ou *melhor* estamos a negar o bom.

A meditação é a completa negação do "*eu,*" de modo que a mente não padeça de conflito. Uma mente sem conflitos não é esse estado de paz que é feito do intervalo entre dois conflitos; ela é completamente livre do conflito. Isso faz parte da meditação.

Se chegarmos a compreender o tempo psicológico a mente obterá espaço. Não notaram já como, física e psicologicamente, dispomos de tão pouco espaço? Ao vivermos em cidades tão grandes, em armários de espaço exíguo tornámo-nos mais violentos porque carecemos de espaço físico. E não notaram, igualmente, como dispomos de tão pouco espaço interior?

A nossa mente é povoada pelos produtos da imaginação, e por todas as coisas que aprendemos, pelos vários tipos de condicionamentos, influências e propaganda; achámo-nos sobrelotados de todas as coisas pensadas e inventadas — dos nossos desejos, das nossas ocupações ambições medos, etc.

Desse modo podemos dispor de muito pouco espaço. E assim, se aprofundarmos bem a questão, a meditação é a negação de tudo isso, de modo que num estado de atenção possamos dispor de um espaço vasto sem limites, porque então a mente permanecerá silenciosa.

Alguém deve ter-lhes ensinado que devemos adoptar um sistema de meditação que temos de praticar para tornar a mente silenciosa, e que devemos atingir um estado de silêncio para nos podermos tornar esclarecidos. *Chamamos* meditação a isso, porém essa forma de meditação é um disparate em toda a linha porque a prática envolve uma entidade subjacente que se torna cada vez mais mecânica, assim como limitada, insensível e estúpida. Além do mais, por que deveremos nós praticar alguma coisa? Porque devemos permitir que alguma outra pessoa se coloque entre nós e a nossa investigação? Porque se hão de colocar os padres, o nosso guru ou o livro, entre nós e aquilo que queremos descobrir?

Será devido ao nosso medo? Será porque buscamos o encorajamento de alguém, ou nos apoiamos em alguém enquanto por nós mesmos nos achámos indecisos? Mas se tal ocorre e procuramos certezas por meio de alguém, podem muito bem ter a certeza de que estarão a escolher alguém que é igualmente inseguro. E assim, a pessoa em quem vos apoiais sustentará a convicção de ser muito segura de si e dirá: ”Eu sei porque alcancei. Eu sou o caminho, por isso segui-me”.

Por isso tenham cuidado com o homem que diz que sabe.

A iluminação espiritual não é uma coisa fixa, invariável; não existe nada permanente nesse estado. *Tudo o que precisamos fazer é obter compreensão do caos e da desordem em que vivemos,* porque pela compreensão disso obteremos ordem e a clareza poderá surgir; isso suscitará a certeza. E uma certeza assim significa inteligência; quando pudermos dispor de tudo isso, e a mente for capaz de o objectivar com bastante clareza isso abrirá a porta.

Aquilo que residir para lá disso não poderá ser nomeado nem descrito; todo aquele que o descrever certamente não o terá visto porque isso não pode ser descrito por palavras; a palavra não é a coisa, como também a descrição não é a coisa descrita. Tudo o que podem fazer é conseguir dar inteira atenção às relações e perceber que enquanto subsistir uma imagem não poderemos dispor de atenção para compreendermos toda a natureza do prazer e do medo-

perceber que o prazer não é amor, que o desejo não é amor. E temos que o descobrir por nós mesmos, porque ninguém no-lo pode transmitir. Todas as religiões têm pregado o ”*Não matarás*” e no entanto isso não passa de um simples amontoado de palavras sem significado.

O que quer que tenha sido dito no passado pode ser verdade, porém essa verdade não lhes pertence. Terão de descobrir e aprender o que significa não matar jamais, e então essa verdade será vossa e ganhará vida. Do mesmo modo, terão de perceber em que consiste a liberdade- por vós mesmos e não através de outro, nem pela prática de um sistema inventado por alguém, nem pela aceitação de um guru, de um mestre ou salvador- terão de descobrir o que é falso e descobrir por vós mesmos como viver uma vida inteiramente isenta de conflitos, porque tudo isso é meditação.

18 Março 1973

O Findar de Toda a Procura

Haverá alguma coisa que não seja criada pelo pensamento, ou seja, existirá algo que se situe para lá do tempo? Estamos acostumados á ideia do crescimento físico; necessitamos de tempo para aprender e para compreender, e desse modo, acostumámo-nos á ideia de uma mudança com base no tempo. Existe o tempo material- precisamos de tempo para percorrer a distância de um ponto a outro, porém estendemos esse conceito, essa conclusão, ao campo psicológico e referimos: ”*Eu não me conheço e por isso necessito de tempo para ficar a conhecer-me*.”

Esse tempo psicológico é estabelecido pelo pensamento; mas será que necessitamos verdadeiramente de tempo para nos libertarmos da cobiça? Refiro-o como um exemplo. Será que realmente precisamos de vários dias para nos livrarmos da inveja, ou da ânsia, da cobiça e do ciúme? Estamos acostumados a pensar que precisamos. Quando digo: ”*Eu hei de perceber isso,"* esse “*hei de perceber*” é tempo. É um hábito que temos por tradição, ou um modo de vida, o de dizermos: ”*hei de compreender a minha revolta, o meu ciúme, o meu sentido de inadequação*.” E assim a mente acostumou-se à ideia do tempo psicológico como um amanhã, ou vários.

Mas estamos a pôr isso em questão; e eu afirmo que isso não é necessário. Não necessitamos de tempo para nos libertarmos da cobiça. Ou

seja, se nos acharmos livres do tempo e sentirmos cobiça, não existirá amanhã nenhum; atacamos a coisa, empreendemos algo de imediato. Porque o pensamento inventou o tempo psicológico como um meio de escusa, como um adiamento, um acto de indulgência para com aquilo que já possui; o pensamento inventou o tempo psicológico por uma questão de indulgência.

Mas será que podemos ser psicologicamente livres da ideia de um amanha? Atendam a isto, por favor, e vejam- auscultem aos vossos anseios ou o que seja, a vossa condescendência sexual; se pensarem que por meio de qualquer actividade sensorial atingirão aquilo que pretendem alcançar, esse alcance deverá ser um movimento do tempo. Poderemos perceber a verdade disso de modo que a própria percepção lhe ponha fim? Estarão a fazer isso á medida que conversamos, ou isso para vós não passa de uma ideia?

Quando a mente tiver investigado a natureza do tempo e descoberto que o conceito do amanhã é um meio para alcançar um fim, e é portanto psicologicamente ilusivo, então restará unicamente percepção e ação destituída de intervalo de tempo. Por exemplo, se virmos os perigos do nacionalismo- da guerra e tudo mais— essa mesma percepção há de constituir-se no término desse sentimento de se achar apegado a um grupo em particular. Estarão a fazer isso?

Todas as noites a televisão enuncia ”*inglês, inglês*”, ou “*francês, francês*”. Mas quando percebem que essa divisão gera o desastre, e percebem o erro de contar com o tempo para se libertarem do condicionamento de serem ingleses- condicionamento esse que possuem desde a infância — isso representará a ação que irá pôr término ao conflito. Mas perceber isso exige uma mente empenhada, uma mente que diz: ”*Quero descobrir* .”

A meditação é o findar do tempo, e isso é justamente o que estamos a acabar de fazer; estivemos a meditar sobre isto. Meditamos a fim de descobrir a natureza do tempo. O tempo é real e necessário para ir daqui para ali, porém, psicologicamente não existe. Mas descobri-lo é uma coisa espantosa, uma verdade estonteante porque se rompe com todas as formas de tradição; a tradição manda ganhar tempo, manda esperar — se fizermos isso ou aquilo encontraremos Deus. . . Mas isto significa também o findar da esperança. A esperança implica um futuro; a esperança é tempo.

Se alguém está deprimido ou em estado de ansiedade, com um sentimento ambivalente de desespero, pode sempre manter a esperança de poder continuar e tornar-se livre. Mas se virmos que não há futuro psicológico nenhum então lidaremos com factos e não com esperanças.

Aquilo que estivemos a fazer neste acto de inquirir sobre a natureza do tempo é o começo da meditação; faz parte da meditação. Mas, para podermos descobrir se existe alguma coisa para lá do tempo não devemos carregar problema nenhum. Porém nós encontrámo-nos atulhados de problemas pessoais, colectivos e internacionais. Porque possuímos nós problemas? Perguntem a vós mesmos a razão porque temos problemas de ordem sexual, de natureza imaginária, falta de emprego, falta de inadequação, problemas de querer atingir o céu e não ser capaz. . .

Será possível vivermos a vida sem um único problema? Isso significa que á medida que cada questão surge, a dissolvemos instantaneamente sem continuarmos a carregá-la. O facto de carregarmos com as questões constitui uma ação do tempo, tempo esse que cria o problema. Mas em que consiste o problema? Trata-se de alguma coisa que não compreendemos nem conseguimos resolver, algo a que não pusemos fim; algo com que, ao invés, nos preocupamos e inquietamos; com que nos debatemos dia após dia, mas nesse processo a mente vai-se deformando. No entanto, se não subsistir tempo nenhum então não haverá problema.

Mas será que percebem isto bem no íntimo e não somente com o cérebro? Será que percebem como o homem ou a mulher cheios de problemas se tornam presas do tempo, e percebem que, em contrapartida, á medida que surge uma questão- se se achar livre do tempo- a mente a tratará instantaneamente? No instante em que objectivarem a ideia de tempo, ao dizer: ”*Resolverei isso com tempo*” também se afastam do facto. Mas aí é que reside o problema.

Agora, se vamos investigar esse aspecto, então não deve subsistir problema de natureza nenhuma; a mente deve poder ser livre para o encarar. E depois tem que existir um completo sentimento de relação, para se poder investigar algo que se encontra para lá do tempo, sentido esse que só pode surgir se tivermos amor. Mas, é óbvio que amor não é prazer nem desejo; o amor não é a satisfação das exigências sensoriais. E sem essa qualidade a que chamamos amor — faça-se o que se fizer: quer façamos o pino, enverguemos robes de

fantasia ou fiquemos de pernas cruzadas em meditação pelo resto da vida- nada se realizará.

Para podermos encontrar algo para além do tempo tem que haver uma relação correta, essa qualidade de enorme afecto e carinho, amor, que não são resultado do pensamento; isso deve ocorrer de tal forma que em resultado não subsista problema nenhum.

Todo o esforço que ocorra no acto de meditar é fútil. A meditação é o acto de produzir uma mente que seja absolutamente tranquila. Fazer esforço a fim de meditar implica tempo, luta, implica a tentativa de alcançar algo que foi projectado. Desse modo, poderá ocorrer uma observação sem esforço nem controlo? Utilizo a palavra *controlo* com bastante hesitação porque vivemos numa sociedade permissiva em que cada um faz aquilo que lhe apraz e em que quanto mais idiota se for, melhor: drogas sexo, uso de trajes sem sentido. . . O orador utiliza a palavra *controlo* no sentido de que quando há observação pura não prevalece necessidade nenhuma de controlo. Não se iludam dizendo: ”*Estou a observar de forma pura, por isso não necessito de controlo nenhum.*” Desse jeito tornam-se auto-indulgentes. E isso é um disparate.

Se a mente se acha sob controlo, esse controlo é produzido pelo pensamento; mas o pensamento é limitado e por ser limitado deseja determinada coisa para logo referir: ”*Tenho que me controlar*”. Uma mente assim tornou-se escrava de uma ideia; ela não encarou o facto e tornou-se preza de um conceito ou de uma conclusão, do mesmo modo que a pessoa que crê numa determinada religião de modo intenso é incapaz de pensar com liberdade.

E uma mente que não solucionou uma relação e não possui amor é uma mente que se acha em conflito, cheia de problemas, incapaz de ser transcendida. Só é capaz de ir além- no domínio daquilo que julga ser transcendente- dentro do seu próprio círculo. E ela bem que pode inventar essa condição de transcendência, que tal coisa não acontecerá.

Se forem sérios e me tiverem acompanhado até aqui, e tiverem deixado de lado todas as coisas em que se viam presos, então eclodirá um tremendo senso de amor tanto na mente como em todos os sentidos e no cérebro, que contém a sua própria inteligência. Então poderemos continuar a descobrir.

Uma mente que permaneça imóvel não o está apenas fisicamente porque a imobilidade não consiste necessariamente em sentar-se numa determinada posição. Podem deitar-se ou fazer o que quiserem, porém o corpo deve permanecer absolutamente tranquilo, deve permanecer sem controlo porque, quando se impõe alguma coisa terá de resultar conflito.

Achando-se desse modo a mente livre- portanto, absolutamente serena- então poderá observar; não se trata de dizer: "*Eu observo*" mas de uma observação destituída de "*eu,*" porque se houver um "*eu*" que observa haverá dualidade e separação. Esse "eu" somos nós, ou seja, vocês. E isso é constituído por muitas coisas, recordações passadas, experiências passadas, problemas passados e presentes ou inquietação. E se tivermos chegado aí então o "*eu*" estará ausente. Não mais se tratará do "*eu*" a observar mas decorrerá somente observação.

O que acontecerá então? Aquilo que estivemos a fazer é meditação; o sentido de auto-investigação, auto-consciência, com conhecimento de todos os problemas, todos os desejos inerentes, pressões, conflitos e tristezas. Mas essa consciência só pode aflorar á medida que observamos as nossas reações na relação. Não podeis observar-vos saindo meramente de casa e sentando-vos sob uma árvore; é claro que podem fazê-lo, porém é somente através da relação que as nossas reações despertam. E a mente encontrar-se-á então num estado em que não subsiste nenhum problema, esforço nem controlo; acha-se essencialmente destituída da vontade porque a vontade é a essência do desejo. "*Eu hei de fazer*", "*eu não farei*", "*eu devo*" — tudo isso é desejo que exige algo que se enquadra no tempo. E para alcançar determinada coisa tenho que exercitar a vontade a fim de o conseguir. Portanto, a mente vê-se livre disso tudo. Se chegaram até aqui, que coisa mais lhes fará falta?

O homem sempre esteve em busca de algo sagrado, alguma coisa santificada, permanente, incorruptível e intemporal, e por isso diz: "*Encontro-me de posse da inteira compreensão da minha vida, por isso que coisa se achará para além disso*?"

Toda a busca deve cessar porque se estivermos em busca de Deus ou da Verdade ou do que seja, bem que isso pode tratar-se de uma forma de prazer ou da ação das pulsões sexuais ou ainda do término de certos problemas. Porque a busca implica que para que encontremos aquilo que buscamos devamos primeiro poder reconhecê-lo; isso deve satisfazer-nos senão

deitaríamos tudo ao lixo; todavia deve responder a todos os vossos anseios(. . .) Porém, isso não acontece porque somos nós que criamos os problemas.

Assim, a pessoa que diz encontrar-se em busca de algo é na verdade bastante desequilibrada porque se está a enganar a si mesma.

Desse modo, quando tudo isso é totalmente posto de parte a mente fica completamente silenciosa, em pura observação. Qualquer coisa que vá além disso trata da mera descrição, o simples processo de juntar palavras para exprimir algo que é incomunicável. Tudo o que se pode fazer é não descrever, mas ir ao encontro do outro com a mesma capacidade, com a mesma intensidade e no mesmo nível.

Assim, pois, que coisa é o amor? É ir ao encontro do outro com intensidade semelhante ao mesmo tempo e no mesmo nível. Não será? Isso é amor.

Não me refiro ao amor físico mas ao amor que não é desejo nem prazer. Mas ir ao encontro do outro com a mesma intensidade, com idêntico sentido de tempo e com a mesma paixão- isso significa amor!

E se esse amor estiver presente e possuirmos a qualidade de uma mente silenciosa então haverá comunicação sem palavras e isso será comunhão, uma partilha total de algo que não pode ser posto em palavras. No momento em que utilizarmos a palavra para comunicar isso terá sumido, porque a palavra não é a coisa.

Assim, em que pé nos encontramos? Em que ficamos com respeito ao que escutaram, com respeito ao que aprenderam, ao que perceberam por si próprios? Não significará isso mais do que qualquer fardo de palavras que possam carregar? Não ocorrerá uma mudança profunda e fundamental de modo que se vejam livres de todos os vossos problemas e do medo, e possa subsistir esse perfume que não se estiola- que é o amor? Daí provém toda a inteligência e ação.

2 Set 1979

Observação Incondicional

Será que escutamos aquilo que dizemos uns aos outros? A maior parte do tempo falamos para dentro, e se alguém chega a dizer-nos alguma coisa não mostramos ter tempo, interesse nem vontade de escutar. Chega assim a existir um estado de surdez permanente, sem sentido nenhum de espaço nem disponibilidade para podermos escutar-nos mutuamente. Não se escuta somente com o ouvido mas escuta-se igualmente o sentido da palavra, o seu significado, bem como o som da palavra em si.

O efeito do som é muito importante; se chegarmos a escutar o efeito que esse som exerce sobre os nossos sentidos então possuiremos espaço interior; se não, ele deverá faltar-nos. Mas o seu eco só poderá ocorrer nesse espaço de acolhimento e atenção. Desse modo a arte de escutar, se o posso realçar com todo o respeito, não consiste somente em ouvir com o ouvido mas também em escutar o som da palavra. A palavra possui um som característico, mas para podermos escutá-lo precisamos de espaço.

Porém, se escutarmos enquanto estivermos a traduzir o que estiver a ser dito quer pelos nossos preconceitos e modos agradáveis ou desagradáveis, então não estaremos a escutar de todo. Não poderão atender não somente àquilo que o orador diz mas de igual modo às suas próprias reações em face do que é dito, sem corrigir essas reações nem ajustá-las ao que é dito?

Porque nesse caso poderá ocorrer algo; o orador dirá uma coisa que escutarão, e do mesmo modo poderão escutar as suas reações àquilo que é dito; e assim dão espaço ao *reverberar* das suas próprias reações, do mesmo modo que o fazem com relação àquilo que é dito. Isso implica uma tremenda atenção, ao contrário de todo o transe por que nos desligamos habitualmente.

Se *escutarem* de verdade então nesse acto ocorrerá um milagre, que será o de se acharem em contacto íntimo com o facto daquilo que é dito bem como com a sua resposta. Trata-se de um processo simultâneo. Escutam o que estiver a ser dito, bem como a reação instantânea a isso, e todo o seu reverberar- o que significa que possuem espaço para isso. E nesse processo estarão a empregar toda a vossa atenção.

Não se trata de uma arte que possa ser aprendida na universidade, passando meramente alguns exames, mas sim do escutar cada coisa — o correr das águas do rio, os pássaros, o avião que passa e a vossa mulher ou marido, o que é bastante mais difícil uma vez que se habituaram uns aos

outros — e desse modo quase já conhecem o que ela ou ele irá dizer; do mesmo modo que ela sabe muito bem o que vocês dirão, após dez anos de convívio ou isso; daí que tenham bloqueado completamente toda a vontade de escutar.

Não poderão aprender essa arte de escutar- não amanhã, mas justo agora, enquanto estão aí sentados? Quero dizer, aprenderão a escutar e a ter atenção pelas próprias respostas, e a permitir um espaço para o eco do vosso próprio ritmo, e ainda assim serem capazes de escutar o exterior?

É um processo completo que constitui um acto singular de atenção; é uma arte que exige a vossa mais elevada atenção, porque se escutarem assim então não existirá aquele que escuta mas somente o atender ao facto, e a sua realidade ou falsidade. Se sondarem de verdade acerca da natureza do cérebro meditativo, religioso, então terão de escutar *cada coisa* com toda a atenção. Isso assemelha-se à correnteza de um enorme rio caudaloso.

Estará o sentimento religioso enquadrado na estrutura do pensamento ou fora dele? O pensamento baseia-se sempre na experiência e no conhecimento, na memória, e é muito limitado. Mas examinar o que está além do pensamento sem deixar que ele interfira, nisso reside a dificuldade. Podemos perceber que a ação do pensamento, qualquer que seja a direção que tome, é completamente limitada- seja na área psicológica ou no mundo técnico; o pensamento e toda a sua actividade é limitado, e por isso pode resultar em conflito. Isso é perfeitamente compreensível. Mas quando entendemos isso que instrumento deveremos empregar para sondar o que não faz parte da actividade do pensamento? Será isso possível?

O pensamento pode investigar a sua própria ação, a sua limitação; o processo de agrupar uma coisa ou destruí-la e criar alguma outra. E o pensamento, na sua confusão, pode produzir uma certa ordem restrita, mas desse modo não se tratará de uma ordem absoluta. A ordem significa o todo da nossa existência. Talvez "*pesquisar*" ou "*investigar*" sejam termos menos apropriados porque não podemos investigar uma coisa que está além do pensamento.

E para compreendermos se é possível observarmos sem um único movimento do pensamento — observarmos aquela árvore ou escutarmos a correnteza das águas — sem nenhuma interferência da palavra; observarmos

unicamente sem nenhum movimento de recordação do passado a penetrar essa observação, isso requer completa liberdade do passado, na qualidade de observador. Poderemos observar sem a palavra e todas as lembranças e associações que lhe estão associados? Não poderão olhar a vossa esposa, namorado ou marido, sem a palavra *esposa* e sem as recordações que a palavra contém? Percebam a importância disso; se não será possível olhar para ela ou para ele, ou para o rio, como se pela primeira vez.

Vejam bem, quando acordamos pela manhã e ao assomarmos à janela percebemos os montes, os vales e as árvores, os prados verdejantes — e o fazemos como se tivéssemos acabado de nascer, isso constitui uma visão espantosa e equivale a observar com total imparcialidade, observar sem conclusão nenhuma nem preconceito. Porém não o poderemos fazer se estivermos meio despertos. Mas se percebermos o que está implicado nisso, isso tornar-se-á fácil.

Se olhar a minha mulher através das imagens ou incidentes, lembranças ou mágoas que guardo dela, nunca eu chegarei a *olhá-la.* Estamos sempre a olhar com as imagens das lembranças passadas. Mas não poderemos olhar a namorada, a esposa, marido, como se pela primeira vez, sem todas essas imagens e recordações?

Mas a observação da natureza do cérebro religioso, do cérebro não contaminado pelo pensamento, requer a nossa maior capacidade de atenção. Implica que se seja totalmente livre de todo o comprometimento com o guru ou com a Igreja, com as vossas ideias, com as tradições do passado — implica sermos completamente livres para o empreendermos.

Se observarem desse modo, que coisa ocorrerá na própria natureza do cérebro? Eu sempre olhei a árvore, o rio, o céu e a beleza da nuvem, a esposa, o marido, os filhos, a minha irmã, imbuído de uma lembrança ou imagem; isso faz parte do meu condicionamento. Aí vocês aproximam-se e dizem-me que eu posso olhar sem a palavra, sem a imagem nem as lembranças do passado. Mas a minha resposta imediata é que não consigo fazê-lo. Isso significa que na verdade não escuto o que dizeis.

A resposta é instantânea e por isso digo: "não poder fazê-lo." Mas tenham atenção, tenham consciência de que dizer "*não o poder fazer*" é uma forma de resistência, porque estamos comprometidos com o guru particular, ou com um

tipo de doutrina religiosa qualquer que tememos deixar de lado. Devo prestar atenção a essa resposta e escutar também o que está a dizer- "que para escutar temos de ser totalmente livres da palavra, do conteúdo da palavra"- e devo escutar ambas as coisas.

Portanto, tenham consciência desse movimento, da resistência e do escutar, do querer escutar e da impossibilidade de o fazermos enquanto resistirmos- e não se afastem disso. Não digam: "devo compreender"; olhem somente de modo que isso produza uma completa atenção.

A observação pura é destituída de todo o movimento do *"eu."* Mas a palavra já comporta esse *"eu."* A palavra, as recordações, as mágoas acumuladas, os medos, os anseios, as tristezas, todo o esforço da existência humana, tudo isso é a nossa consciência de *"eu."* Mas se observarem bem, tudo isso se esvairá. Nada disso penetrará na observação. Não existirá nenhum *"eu"* a observar.

Depois, nessa observação do viver diário poderá existir uma ordem suprema destituída de contradição. A contradição é desordem e com essa desordem, forma-se um tipo de ordem restrita, peculiar. Então poderemos perguntar em que consiste essa meditação e não *"como meditar"*. Se perguntarem *"como"* certamente surgirá alguém para lhes dizer o que fazer. Mas se não o fizerem e se interrogarem sobre o que será a meditação terão então de aplicar a própria capacidade, a própria experiência, não obstante poder ela ser limitada. Têm de pensar.

Meditar é ponderar sobre algo, reflectir, interessar-se, dedicar-se não a uma determinada coisa em particular mas possuir um espirito de dedicação. Espero que escutem isso a fim de serem capazes de o descobrir por si mesmos, porque ninguém — ninguém mesmo — poderá ensinar-lhes a meditação, por muito compridas que sejam as barbas que use, e por mais esquisito que seja o traje que enverga.

Descubram por vós próprios e firmem-se nisso que descobrirem por si, sem dependerem de ninguém.

Devemos compreender cuidadosamente o significado da palavra *meditação*, que basicamente significa *"medir"* (ponderar). Que coisa implicará esse termo?

Todo o campo da tecnologia desde os antigos gregos até aos nossos dias esteve baseado na medida. Com certeza que não poderão erguer uma ponte nem construir um edifício incrível de centenas de andares sem recorrer à medição. Mas interiormente nós utilizamos igualmente medidas: "eu fui," "eu serei"; "eu sou isto," "eu devo ser aquilo." Isso não é somente medição mas comparação igualmente. A medida é comparação: vocês são altos e eu sou baixo; eu tenho tez clara e vocês são escuros. Compreendam bem o sentido de todo medir e das palavras *melhor* e *mais* e jamais as empreguem no vosso íntimo. Mas, estarão a fazer isso à medida que estamos a falar, juntos?

Quando o cérebro se livra de toda a medida, as próprias células cerebrais que foram utilizadas no processo de medir e foram condicionados por esse acto, despertam subitamente para a verdade de que, psicologicamente, todo o medir é destrutivo. Assim as próprias células sofrem uma mutação. O vosso cérebro acostumou-se a seguir uma certa direção, e vocês pensam que esse seja o único caminho para o que quer que se ache no fim do percurso. Mas o que estiver no fim deverá ser uma invenção vossa, naturalmente.

E quando um indivíduo se acerca de vós e vos diz que essa rota não conduz a lado nenhum, vocês resistem e dizem: "Não, está enganado, todas as tradições, todos os grandes santos nos confirmaram isso". Isso implica que não investigaram e estão simplesmente a citar terceiros, o que significa uma forma de resistência.

E aí o nosso amigo insiste convosco para que não resistam mas escutem o que diz; para prestarem atenção àquilo que pensam; para obterem consciência da vossa reação e escutarem também aquilo que diz. Por isso prestem atenção a ambas as coisas. Mas para poderem escutar ambas as coisas têm de empregar a vossa atenção, o que significa espaço.

Assim, vejam se podem viver uma vida diária sem recorrer a medidas — não propriamente nos momentos de meditação particular. Viver assim, sem nenhum sentido de medida é meditação.

A meditação implica um sentido de profunda compreensão da própria palavra; a própria percepção e compreensão da mesma, a intuição acerca do seu sentido, constitui a ação que porá fim á medição psicológica. Conseguirão fazer isso?

Que é que se segue à questão da meditação? Pudemos já entender a natureza da atenção e do completo escutar; que para escutarmos devemos possuir espaço mental, espaço que possa conter a qualidade sonora. Mas agora perguntamos se existirá algo sagrado e santificado. Não estamos a afirmar que exista ou não. Existirá algo que jamais tenha sido tocado pela ação do pensamento? Não que eu tenha alcançado alguma coisa para lá do pensamento, porque isso seria uma tolice pegada. Mas haverá alguma coisa que esteja livre do pensamento e que não seja material? O pensamento é um processo material e tudo o que for criado pelo pensamento será limitado, incompleto e não total.

Haverá alguma coisa que se situe completamente fora do mundo do pensamento? Estamos a investigar juntos, e não a afirmar que sim ou que não. Estamos a investigar, e a empregar a nossa atenção; a escutar — o que significa que toda a actividade do pensamento se detém, excepto no mundo físico, onde tenho que compreender certas coisas, deslocar-me daqui para ali, escrever uma carta, conduzir o automóvel, comer, cozinhar, e lavar os pratos. Aí eu tenho que empregar o pensamento, ainda que ele possa ser restrito e rotineiro. Mas interiormente, ou seja, psicologicamente, não poderá ocorrer mais nenhuma actividade se o pensamento não tiver cessado de agir. Isso é óbvio.

Para podermos observar qualquer coisa para lá do pensamento, este tem de cessar completamente de agir. Mas é imaturo e infantil perguntar por um método para lhe por termo. Se quiser escalar um monte terei de treinar, trabalhar dia após dia, trepar cada vez mais, e empregar toda a minha energia nesse treino. Assim, a própria necessidade de descobrir a existência de algo mais além do pensamento vai criar a energia que porá fim ao pensamento.

A própria importância de pôr termo ao pensamento, a fim de observarmos mais além, produz o término do pensamento. É tão simples quanto isso. Não o compliquem. Se quisermos nadar devemos aprender a fazê-lo; a motivação é mais forte que o temor subjacente. Isso é importante porque o espaço e a ordem são cerceados pela limitação que o pensamento imprime. Mas quando essa actividade limitada do pensamento cessar então haverá espaço, não só espaço mental mas *espaço*. Não se trata do espaço que o "*eu*" cria em torno de si, mas de espaço ilimitado.

O pensamento será sempre limitado, faça o que fizer, porque por sua própria natureza ele é condicionado. Mas quando o pensamento descobre as próprias limitações — por si mesmo — e percebe como essa limitação produz caos no mundo, então essa mesma observação determinar-lhe-á um fim, para podermos descobrir algo novo. Então haverá espaço e silêncio.

Ou seja, a meditação é a compreensão e o término de todo o medir psicológico. É o findar do tornar-se e a percepção de que o pensamento sempre será limitado. Ele pode pensar sobre o ilimitado porém, isso ainda procederá da sua limitação. Desse modo, o pensamento terminará. E o cérebro, que se achava condicionado a tagarelar, limitado e desordenado, tornar-se-á subitamente silencioso sem nenhuma compulsão nem disciplina, devido a ter podido observar a verdade desse facto. Mas o facto e a verdade estão além do tempo.

Chega desse modo o pensamento a um findar, e sobrevem então ao cérebro aquela sensação de silêncio absoluto. O movimento do pensamento cessou por completo porém, pode ser trazido de volta à actividade sempre que houver necessidade física. Agora está em silêncio e onde há silêncio tem de haver espaço, imensidão de espaço, por não existir nenhum "*eu*". O "*eu*" possui o seu próprio espaço limitado e cria a sua área restrita. Mas quando se acha ausente, quando a actividade do pensamento não mais estiver activa então o cérebro possuirá uma qualidade vasta de silêncio, porque então se encontrará livre de todo o seu condicionamento.

E somente quando existir silêncio e espaço poderá ocorrer algo novo, algo intocado pelo tempo e pelo pensamento. Isso pode significar a coisa mais santificada e mais sagrada. *Pode significar*! Não podemos nomeá-lo; talvez isso seja mesmo inominável. Mas quando surge, então passa a existir inteligência, compaixão e amor. E desse modo a vida deixa de ser fragmentada para passar a compreender um processo total, singular, móvel e vivente.

A morte é tão importante quanto a vida e o viver; ambos são inseparáveis. Viver implica morrer, e pôr termo a toda a preocupação, dor e ansiedade. Isso equivale a morrer, e assemelha-se a dois rios a correr juntos com um caudal pujante. E, tudo isso, desde o começo da palestra até agora, é parte da meditação. Estivemos a investigamos a natureza humana mas ninguém poderá produzir nela uma mutação radical, excepto vós mesmos.

21 Julho 1983

Ninguém Poderá Ministrar-lhes Essa Clareza de Percepção

Para podermos ser completamente uma luz para nós mesmos precisamos ser livres. Uma luz em nós mesmos! Essa luz não nos pode ser dada por ninguém e tampouco poderão esperar acendê-la numa vela alheia. Se a acenderem na vela de outra pessoa tratar-se-á simplesmente de uma mais uma vela que, como tal, poderá apagar-se. A própria investigação para descobrirmos o que significa sermos uma luz em nós mesmos faz parte da meditação. Vamos investigar juntos o significado de ser-se uma luz em si próprio e ver o quanto é extraordinariamente importante possuir essa luz.

Faz parte do nosso condicionamento aceitar a autoridade do livro, a autoridade do guru, a autoridade de quem quer que nos diga que sabe. Mas as questões espirituais- se é que se pode utilizar o termo *espiritual* — jamais poderão comportar qualquer forma de autoridade, seja ela qual for. De outro modo não poderão dispor de liberdade para investigar por vós próprios o sentido da meditação. E para podermos debruçar-nos sobre a questão do que ela seja, temos de ter uma existência plena e achar-nos interiormente livres de toda a autoridade e toda a comparação, incluindo a autoridade do orador- ou seja, a minha — porque se seguirem aquilo que ele disser, nesse caso cessam de investigar.

Precisam ter consciência da importância da autoridade do médico, do cientista, e compreender a total falta dela no que toca à autoridade interior, seja a autoridade do outro, ou a autoridade da própria experiência, das conclusões, dos preconceitos ou do conhecimento. Não raro, as próprias experiências e entendimento, tornam-se facilmente a nossa autoridade: "Eu compreendo a questão, por isso estou certo". Precisam ter atenção para com todas essas formas de autoridade, porque de outro modo nunca poderão ser uma luz em vós mesmos. Quando somos a nossa própria luz também somos uma luz para o mundo porque o mundo é vós e vocês são o mundo.

Portanto, ninguém os poderá guiar nem dizer-lhes se estão a progredir como devem, ninguém para nos encorajar. Na meditação precisamos permanecer completamente sós. E esta luz só poderá ocorrer se investigarmos em nós mesmos, aquilo que somos. Isso é consciência de si — conhecimento daquilo que somos. Não de acordo com a opinião dos psicólogos nem de determinados filósofos, nem de acordo com o orador, mas conhecer e obter consciência do nosso próprio pensar e sentir, de forma a podermos descobrir toda a sua estrutura. O auto — conhecimento é extraordinariamente importante. Não a descrição fornecida pelos demais mas aquilo que realmente é, aquilo que são; não se trata do que pensam serem nem o que pensam que deviam ser, mas o que está realmente a ocorrer.

Já alguma vez o tentaram? Têm consciência do quanto é difícil estar atento ao que está realmente a acontecer, por dentro da pele por assim dizer? Nós observamos através do conhecimento do passado e por isso, se investigarmos com esse conhecimento, adquirido como experiência, ou colhido por intermédio de alguém, estaremos a examinar-nos com base nesse passado.

Consequentemente, não examinaremos realmente aquilo que é. Precisamos de liberdade para podermos observar, de forma que nessa observação toda a estrutura e natureza do que somos comece a revelar-se. Muito poucas pessoas serão capazes de lhes falar disto por não serem desprovidas de interesse próprio e só quererem formar organizações, grupos, e coisas do género. Por isso, por favor, prestem toda a atenção ao que está a ser dito.

Para podermos compreender a nós mesmos precisamos observar, mas essa observação só pode ocorrer no *instante presente*. Não se trata do movimento do passado a observar o instante. Quando observo o instante presente com as minhas conclusões do passado, preconceitos, esperanças e medos, isso constituirá uma observação do presente levada a cabo pelo passado. Eu penso estar a observar o instante mas essa observação só pode ocorrer quando não existir nenhum observador na qualidade do passado. No entanto a observação do instante é extraordinariamente importante.

O movimento do passado tem que cessar ao encontrar-se com o presente. Isso subentende todo o *agora*. Mas se permitirmos que ele se estenda, nesse caso o instante tornar-se-á o futuro ou o passado, porém nunca o *instante actual*. A observação só poderá ocorrer no próprio acto de a levarmos a efeito-

quando nos encontramos com cólera, quando sentimos cobiça, e observarmos isso tal qual isso é. O que significa não o condenar nem ajuizar mas observá-lo e deixar que floresça e desapareça. Entendem a beleza da coisa?

Nós fomos educados na tradição de suprimir, pelo que nos direccionamos num certo sentido. Mas aquilo que estamos a dizer é que observem a vossa cólera, as vossas exigências sexuais ou o que for sem a interferência do passado, de modo que isso possa florescer e desaparecer, e desvanecer-se de vez. Se o fizerem nunca mais sentirão de novo a sua premência. Mas será que alguma vez o fizeram? Experimentem-no em qualquer altura e descobri-lo-ão por si mesmos.

Permitam-se observar dessa forma, destituída de escolha: observem tão só a vossa raiva ou a inveja, o ciúme ou o que quer que seja que estiverem a sentir para verem se no próprio acto de o observar não florescerá e se não sofrerá uma mudança radical.

A própria observação sem ser com base na nossa formação, produz essa mudança. Estar atento a si mesmo sem qualquer tipo de escolha e perceber aquilo que está realmente a ocorrer no instante, permite que todo o movimento do "*eu*" floresça. E se isso não for feito com base na nossa formação anterior sofrerá uma transformação radical- se não existir nenhum observador na qualidade dessa formação.

Mas para o conseguirmos, é óbvio que a autoridade não pode ter nenhuma função. Não pode existir nenhum intermediário entre a vossa observação e a verdade. Se procedermos assim tornar-nos-emos uma luz para nós próprios. E então, em tempo algum perguntarão a quem quer que seja o modo como deverão agir. Ao procedermos assim, o que significa uma observação completa, dá-se o acto da mudança. Vá lá, apliquem-se!

Assim, é essencial a liberdade e ausência de toda a forma de autoridade para podermos observar. Nesse caso, a busca da experiência- que todos desejamos- tem de terminar. Eu explico-lhes porquê. Todos os dias passamos por vários tipos de experiência, experiência essa que é memorizada sob a forma de recordação. Mas a recordação distorce a observação. Se, por exemplo, forem cristãos, terão sido condicionados por dois mil anos de ideologia, crença, dogma, ritual e a ideia de um salvador; e nesse caso quererão experimentar isso a que chamam- seja lá o que for, não importa.

Tratarão de experimentar o que quer que isso seja; faz parte do vosso condicionamento.

Na Índia eles possuem centenas de deuses e isso condiciona os seus habitantes a ter visões deles, por terem uma percepção baseada nesse seu condicionamento. Quando se aborrecem de todas as experiências físicas tratam de procurar algum outro tipo de experiência espiritual, procuram a existência de Deus, e têm visões. Mas essas visões e experiências serão idênticas à sua formação cultural, como é óbvio, pela simples razão de a vossa mente se achar condicionada desse modo. Procurem ter consciência disso e tentem perceber o que está implícito nas experiências.

E que é que está implícito a toda a experiência? É que, para podermos experimentar tem de existir aquele que experimenta. Aquele que experimenta é tudo aquilo por que ansiamos, tudo o que lhes contaram- o vosso condicionamento. Ele procura a experiência de algo a que pode chamar Deus, Nirvana, seja o que for, de modo que vai tratar de o experimentar. Porém, a palavra *experiência* implica um reconhecimento, e por sua vez o reconhecimento implica um conhecimento prévio. Assim, não se trata de uma coisa nova. Por isso a mente que exige experiências está na verdade a viver no passado, e dessa forma nunca poderá compreender algo que seja completamente novo e original.

De modo que precisamos ser livres dessa ânsia de experimentar. Mas é incrivelmente difícil penetrar nesse género de meditação, porque nós preferimos levar uma vida fácil, confortável, alegre e livre de problemas. Assim, quando surge um incidente qualquer ou lhes acontece algo difícil que exija a vossa atenção e energia, dizem: "Bem, isso não é para mim, eu prefiro agir a meu modo."

Por isso observem os vossos temores, prazeres, tristezas e toda a complexidade do dia a dia por meio do relacionamento. Observem isso com toda a atenção. Mas *observar* implica a ausência de um observador e portanto, não se trata de reprimir nem de negar ou aceitar, mas tão só de observar o temor.

Se existir medo ele distorcerá a percepção. Se viverem na busca do prazer isso tornar-se-á também um factor de distorção. Se subsistir alguma mágoa ou tristeza, então isso tornar-se-á um fardo. Portanto, a mente que procura o

entendimento do que seja a meditação deve ser livre disso tudo, deve ser capaz de entender a cada dia os seus relacionamentos. Mas isso é muito difícil porque o nosso relacionamento mútuo baseia-se nas imagens que possuímos de cada um. Enquanto subsistir esse "criador de imagens" deverá constituir um impedimento ao relacionamento mútuo como um facto. Mas é essencial que o compreendamos antes de podermos aprofundar-nos suficientemente na questão da meditação, razão porque muito pouca gente chega a meditar de forma adequada, ou correcta.

Todos os sistemas de meditação e prática sistemática de métodos nos dão conta de que o pensamento deve ser controlado, por ser um factor de perturbação para a mente tranquila. Mas, se olharem bem, quem é o controlador? Podemos facilmente perceber a importância de controlar o pensamento e dizemos: "Preciso de o controlar"; mas ele esgueira-se permanentemente. Despendemos talvez uns quarenta anos das nossas vidas a controlá-lo e ainda assim ele escapa-se-nos a todo o instante.

De modo que assim têm de investigar a natureza do controlador, e porque razão se tornou tão extraordinariamente importante despender esses esforços colossais para o controlar. Porque isso resulta num conflito entre o pensamento que se move e um outro pensamento que diz: "Tenho que o controlar". Trata-se de uma batalha, uma luta constante, um verdadeiro conflito, de modo que precisamos inquirir sobre quem é o controlador. Não será ele outro pensamento? Um pensamento que assume o domínio e refere "ter de controlar o outro pensamento"; um fragmento a procurar controlar o outro?

O importante está em descobrirmos que apenas existe pensar, ao invés do pensador e do pensamento; o pensador a controlar o pensamento. Existe apenas o pensar. Portanto, interessa-nos não o aspecto de como controlar o pensamento mas todo o processo do pensar. Porque deverá o pensar ser detido? Se existe somente o pensar, porque deverá ele ter que findar? O pensar constitui um movimento, não será mesmo? É um movimento no tempo, daqui para ali. Mas não poderá esse tempo atingir um fim? Essa é que é a questão e não como deter o pensar. Os gurus sempre acentuaram a necessidade de controlo na meditação mas onde existir controlo terá necessariamente de existir esforço, conflito, supressão. Mas se existir supressão sofreremos toda a sorte de comportamentos e distúrbios neuróticos.

Será possível vivermos sem nenhum controlo? Não significa isso fazermos aquilo que nos apraz nem tornar-nos completamente promíscuos. Não conseguiremos viver o dia-a-dia sem controlo nenhum? Certamente que sim; simplesmente não sabemos como viver sem sombra de controlo, porque ele é tudo o que conhecemos. O controlo existe onde houver comparação; eu comparo-me convosco, pretendo tornar-me como vós por serem mais inteligentes e terem mais vivacidade, uma espiritualidade mais elevada do que eu etc.; por isso trato de me esforçar por consegui-lo.

Porém, se psicologicamente não existir nenhuma comparação, o que é que acontece? Devo ser aquilo que sou. Eu não sei o que sou, mas serei qualquer coisa, porém não mais existirá nenhum movimento em direção ao que eu pense poder ser. Quando não mais subsistir a comparação, o que acontecerá? Não serei estúpido por me ter comparado convosco que sois mais esperto, possuís mais vivacidade; ou será, ao invés, que só a simples menção da palavra *estúpido* me torna estúpido?

Quando visitam um museu e contemplam os quadros lá fixados comparam-nos segundo a referência do que seja *melhor*. Tradicionalmente somos treinados dessa forma. Na escola dizem-nos que devemos ser melhores que o outro e devemos ultrapassá-lo. Todo o aspecto dos exames pressupõe a comparação e o esforço. Aquilo que estamos a dizer porém, é que quando entendemos o movimento do medir e da avaliação, e percebemos a sua irrealidade psicológica, então resta-nos somente *"o que é"*. Resta-nos exactamente isso *"que é"*. Mas só podemos ir ao encontro daquilo *"que é"* quando possuirmos energia. Essa energia normalmente é dissipada através da comparação, mas agora são capazes de deter essa energia de modo a isso permitir uma observação do *"que é"*, o instante. Desse modo, *"isso que é"* sofre uma transformação radical.

Portanto, o pensamento dividiu-se em controlador e controlado. Contudo só existe pensar, sem controlador nem controlado nenhum; somente o acto de pensar. E o pensar é um movimento de medição elaborada com base no tempo. Será que isso não poderá atingir um findar fácil e natural, sem termos de fazer uso de nenhum tipo de controlo? Se empreendermos esforços no sentido de o conduzir a esse findar, ainda assim o pensar manter-se-á em operação.

Quando digo que o pensador é distinto do pensamento estou a enganar-me. De modo que subsiste somente o pensar. O pensador é aquilo que é pensado. Mas se não existir nenhum pensador também não existirá nenhum pensamento. Assim, será que esse movimento no tempo que é o pensar não poderá findar? Ou seja, o tempo não poderá deter-se?

O tempo é o passado; não existe isso de tempo futuro. Este é somente o passado a vir ao encontro do presente e a modificar-se, a prosseguir. O tempo é um movimento do passado, modificado- mas ainda assim um movimento. Essa ação que perfaz todo o movimento do conhecimento, todo o movimento daquilo que foi conhecido, deve deter-se. A menos que sejam livres desse movimento nunca poderão empreender nenhuma observação do novo.

Esse movimento tem de deter-se, porém não o conseguirão pelo uso da ação da vontade, que representa uma forma de controlo. Não conseguirão detê-lo pelo desejo, que faz parte das sensações, do pensamento e das imagens. Assim, como haverá esse movimento de chegar a um término de forma natural, fácil, satisfatória, sem fazermos o menor uso do conhecimento?

Alguma vez abriram mão de algo que lhes desse prazer- e o conseguiram no momento, abandonando-o instantaneamente? Já experimentaram isso? Poderão muito facilmente fazer isso com relação à dor ou à tristeza, porém não me estou a referir a isso, porque disso já vocês procuram livrar-se e esquecer-se. Refiro-me a uma coisa que lhes transmita imenso prazer. Alguma vez tentaram fazê-lo? Desvencilhar-se disso no instante sem esforço nenhum, já? O passado sempre se constitui num antecedente.

Nós vivemos no passado — alguém me provocou sentimento de mágoa, alguém me disse alguma coisa*;* toda a nossa vida é despendida no passado. O incidente do momento é transformado em memória e a memória torna-se o passado; de modo que nós vivemos no passado. Será que esse movimento do passado pode deter-se? O passado é um movimento em direção ao futuro, modificado através do presente. É o movimento do tempo. O passado é o movimento que avança sempre para diante, ao encontro do presente, constantemente em movimento.

Mas o momento não é um movimento porque vocês não sabem aquilo que o instante representa — conhecedores que são somente do movimento. Aquilo

que está imóvel é o instante. O "agora" é o passado a ir ao encontro do presente e a findar aí; isso é o "agora". De modo que o movimento do passado vai ao encontro do momento, que permanece imóvel, e dessa forma detém-se.

Portanto, o pensamento que é um movimento do passado encontra-se inteiramente com o presente e termina aí. Precisam de meditar com verdadeiro empenho sobre isso.

A seguir a mente, o cérebro é não só a matéria como também as sensações e todas as coisas que o pensamento colocou nele. É a consciência que inclui todas as exigências inconscientes. Não conseguiremos olhar toda essa consciência num todo? Não pedaço a pedaço porque, se procedermos assim isso não terá fim. Mas quando observarmos a totalidade da consciência ela poderá atingir um término, e surgir a possibilidade de mais alguma coisa. Desse modo, não conseguiremos observar essa totalidade num todo? Se o fizerem, é certo que sim.

Quando consultamos um mapa para nos deslocarmos a qualquer lugar, aí tem de existir uma noção de direção. Porém a observação do mapa na sua globalidade não circunscreve direção nenhuma. É tão simples quanto isso. Percebam a simplicidade disso e não o compliquem.

De igual modo, olhar a totalidade da consciência significa não lhe imprimir direção nenhuma, o que significa ausência de motivo. Quando nos é dado observar determinada coisa de forma total — seja a nós próprios ou a nossa consciência — então não somos impelidos por motivo nenhum e, portanto, isso dispensa toda a direção.

Assim, para podermos observar a nossa consciência de modo total não podemos agir com base num motivo nem em direção nenhuma. Mas será isso possível quando foram treinados para fazer tudo por um motivo? Fomos treinados e educados a agir sempre com base num motivo. Todas as nossas religiões nos dizem que precisamos ter um motivo para além de tudo o mais. Porém, no momento em que tivermos um motivo- que tanto pode significar prazer como dor, recompensa ou punição- isso incutirá em nós uma certa direção em resultado do que, jamais poderemos perceber o todo. Se na realidade compreenderem isso então abandonarão todo o motivo, e não se questionarão de que modo poderão ver-se livres de toda a motivação. Só podemos perceber uma dada coisa em termos globais se não impusermos nenhuma direção, nem centro a partir do onde ela possa decorrer. Porque esse

centro tem de constituir um motivo, mas se não existir motivo nenhum então não existirá nenhum centro nem direção. E tudo isso faz parte da meditação. Mas, que sucederá a seguir?

Agora, a mente está preparada para observar sem nenhum movimento. Entendem? Devido a terem efectivado uma compreensão da autoridade e tudo o mais, mantêm-se completamente sós a fim de serem uma luz em si mesmos, de modo que não resultará nenhum choque nem tumulto. A mente, o cérebro, deixou de registar e permanece então absolutamente imóvel; em silêncio, portanto.

Não um silêncio imposto nem um silêncio originado pelo cultivo- o que não faz sentido nenhum- porém um silêncio que não é resultado de uma coisa que tenha sido detida na sua ação ou movimento, como um ruído que foi estancado. Tem de ser o resultado natural do dia-a-dia. Esse viver diário possui imensa beleza. E a beleza faz parte dessa ausência de movimento.

Em que consiste a beleza? Será a descrição? Será aquilo que conseguem perceber — as proporções, a altura, a intensidade, a sombra, uma pintura ou uma escultura de Miguel Angelo? Em que consiste a beleza? Será que ela reside nos nossos olhos? Ou será que está fora? Ou nem estará nos nossos olhos nem fora? Nós expressamos a percepção de uma coisa magnífica, uma forma de arquitectura estupenda, uma magnífica catedral ou um quadro maravilhoso; do que é exterior. Ou será que a beleza disso reside no olho que a vê, por ter sido treinado para o ver, e para perceber aquilo que é feio, que carece de proporcionalidade, profundidade e estilo? Será que a beleza está fora ou reside no olho que a percebe, ou será ainda que nem tem que ver com o olho que a vê nem está no exterior?

A beleza existe quando não existimos em separado. Quando vocês olham, são vocês que percebem; são vocês que avaliam e exclamam: "Que maravilha de proporções", "Que sensação de serenidade e profundidade; que sensação de grandiosidade aquilo transmite!". Tudo isso são vocês a ver e a dar importância á coisa. Porém, quando não mais estão em separado aí a beleza faz-se presente. Nós queremos expressar-nos porque isso confere-nos um sentimento de auto-preenchimento. Mas quando a beleza se torna presente a expressão pode nunca chegar a ocorrer. A beleza pode suceder quando vós, como seres humanos com todo o seu esforço, ansiedade e tristeza, não mais estiverdes presentes. Então surgirá a beleza.

Então, agora a mente permanece serena sem apresentar um único movimento. E que coisa acontece quando todo o movimento finda? Será a compaixão uma forma de movimento? Pensamos estar a ser compassivos quando fazemos alguma coisa pelos outros, ou quando nos deslocamos a alguma aldeia indígena em auxílio do seu povo. Porém, tudo isso não passa de uma diversidade de tipos de sentimentalismo, afeição e tudo o mais. E nós estamos a interrogar-nos sobre algo muito mais importante, que é: que coisa sucede, ou passa a existir quando deixa de haver movimento mental? Será a compaixão? Ou algo para lá disso?

Quer dizer, haverá alguma coisa que seja completamente original, e por isso, sagrada? Não sabemos o que seja esse sagrado, pois pensamos que as imagens que temos nas igrejas, nas mesquitas, nos templos sejam sagradas, mas elas foram criadas pelo pensamento. E o pensamento constitui na sua totalidade um processo material, um movimento material. De modo que, quando não subsiste movimento nenhum, existirá alguma coisa completamente original e totalmente inviolada pela humanidade- por todo o movimento do pensamento? Isso pode significar justamente aquilo que é original e sagrado.

Isso constitui a verdadeira meditação; começarmos de novo, sem estarmos certos de saber nada. Por favor, percebam que, se começarem a investigação com o pressuposto do que já sabem acabarão na dúvida. Porém, se a iniciarem com base no desconhecimento, poderão terminar na verdade absoluta- que constitui toda a certeza. Não sei se conseguirão perceber isso.

Começamos por declarar que precisamos investigar a nós mesmos e que nós somos o conhecido, de modo que é preciso que nos esvaziemos do conhecido. E desse esvaziamento tudo o mais fluirá com naturalidade.

Se existir isso, que há de ser o mais sagrado, que faz parte de todo o movimento da meditação, então a vida possuirá todo um sentido completamente diferente, e jamais será superficial. *Jamais*!

E se possuírem isso, então nada mais importará.

25 Julho 1976

Uma Dimensão que Transcende o Pensamento

Onde quer que possamos ir, por todo o mundo, podemos observar — desde as mais rudes até às mais subtis — todas as formas que o esforço que a mente pode empreender para descobrir algo que faça parte do sagrado, algo verdadeiramente santificado. E por onde quer que vamos podemos constatar uma constante indagação por parte da mente humana com relação à existência de algo verdadeiramente sagrado e divino, que não seja passível de ser corrompido. E a fim de o podermos encontrar, os sacerdotes de todo o mundo previnem-nos quanto à necessidade de termos fé em algo a que o homem chamou *"Deus"*.

Mas alguma vez poderemos descobrir-lhe a resposta e aprender sobre a sua existência- ou inexistência- através dos mandamentos de uma dada religião ou de uma crença particular? Ou isso não passa de uma invenção da mente assustada que percebe o fluxo das coisas permanentemente a desvanecer-se e a sua transitoriedade, a sua efemeridade, em consequência do que, busca algo que seja permanente e se encontre além do tempo?

Porém, quer acreditemos quer não, precisamos interessar-nos por isso porque, a menos que o encontremos e possamos aprender com relação ao seu sentido, a vida será sempre muito superficial. Podemos cumprir a observância de um código moral — no sentido correcto da palavra, destituída de toda a compulsão e interferência por parte da sociedade e da cultura- e levar uma vida bastante harmoniosa, saudável, equilibrada, sem contradição nenhuma nem temor porém, a menos que deparemos com aquilo que a humanidade tem vindo a buscar- conquanto possamos deter elevado sentido de moralidade e ser socialmente activos, tentemos praticar o bem, etc. — a vida haverá de ser sempre superficial. Possuir sentido autêntico de moral e virtude significa acharmo-nos profundamente alicerçados no âmbito da ordem

Se formos profundamente sérios e nos interessarmos por todo o fenómeno da existência, será sobremodo importante que aprendamos por nós próprios sobre a existência de algo que seja inominável, que exista para lá do tempo e que não tenha sido criado pelo pensamento, nem seja uma ilusão da mente nem da ânsia de experimentar o além. Precisamos aprender sobre isso porque isso virá conferir um surpreendente sentido de intensidade à nossa vida — não só em termos de significado como também em termos de um enorme sentido de beleza — destituída de conflito e portadora de sentido de totalidade — um estado de ser completo, um sentido de total suficiência.

Se a mente quiser aprender com relação a isso, de modo natural, terá de pôr de lado todas as coisas que o homem reuniu e a que chama *"divino"*, com todos os seus rituais religiosos, crenças e dogmas em que se acha condicionada. Espero que estejamos ambos a comunicar, exactamente como também espero que tenham posto essas coisas todas de parte, não só verbalmente como bem lá no íntimo, de modo a poderem sustentarem-se sós, sem dependerem de nada nem de ninguém, psicologicamente.

A dúvida é bastante depuradora. No entanto temos de mantê-la a rédea-curta. Sustentarmos inteligentemente a dúvida desse modo, equivale a inquirir. Não faz qualquer sentido duvidar de tudo e mais alguma coisa. Se inquirirem de forma inteligente e perceberem, por si mesmos, todas as implicações da estrutura que o homem reuniu com o seu esforço por descobrir a existência — ou inexistência- da imortalidade ou de um estado intemporal e imperecível da mente, nesse caso estarão prontos a aprender.

Mas o pensamento jamais poderá descobrir esse estado não somente porque ele constitui tempo e medida como é igualmente todo o conteúdo do passado, consciente ou inconscientemente. E quando o pensamento se propõe ir em busca de algo que seja verdadeiro pode muito bem projectar aquilo que considera ser o real, mas isso torna-se uma ilusão. Quando ele decide praticar um exercício com o sentido de o descobrir, faz aquilo que a maior parte das religiões, santos e doutrinas fazem.

Diversos gurus vos dirão que devem treinar o pensamento, controlá-lo, discipliná-lo, forçá-lo de acordo com os padrões que vos apontam, de forma que, por fim, possam chegar á coisa real. Mas não conseguiremos perceber que o pensamento nunca o poderá descobrir, devido a que, essencialmente, não seja livre por natureza? O pensamento jamais poderá ser novo, e para

poder descobrir aquilo que deve ser completamente imperceptível, irreconhecível e desconhecido, o pensamento precisa permanecer completamente quieto. Mas poderá ele permanecer nesse estado sem o emprego de esforço, nem ser controlado?

Porque, no momento em que for controlado existirá um controlador — que é igualmente uma invenção do próprio pensamento. E nesse caso o controlador tratará de controlar os pensamentos, o que originará conflito. Onde quer que haja conflito terá de existir actividade do pensamento. A mente resulta do tempo e da evolução; ela representa o depósito de um imenso acervo de conhecimento resultante de enorme quantidade de influências e experiências que constituem a própria essência do pensamento.

Não poderá essa mente permanecer quieta sem nenhuma forma de controlo nem disciplina, e sem nenhum tipo de esforço? Porque, se houver esforço terá de existir distorção. Mas se vós e eu pudermos aprender com relação a isso, então devemos ser capazes de operar no nosso viver diário de um modo sensato, normal, saudável, ao mesmo tempo que seremos capazes de possuir um enorme sentido de liberdade com relação ao pensamento.

Agora, como poderá tal coisa acontecer? Isso representa tudo aquilo que a humanidade tem vindo a procurar. Nós sabemos muito bem que o pensamento é coisa transitória que pode ser alterada e modificada, expandida, mas que ainda assim não conseguirá penetrar esse algo, imperceptível para todo o processo do pensar.

A humanidade tem vindo a interrogar-se sobre de que forma o pensamento poderá ser controlado, porque nos é dado perceber com toda a clareza que, só quando a mente se encontra completamente quieta é que poderemos prestar atenção; somente quando ela permanecer nesse estado poderemos escutar ou perceber com clareza. Assim, será que o cérebro — a mente — na sua inteireza poderá permanecer absolutamente imóvel? Alguma vez se interrogaram sobre essa questão? Se o fizeram e descobriram a resposta, ela deve condizer com o vosso condicionamento, com o vosso pensamento.

O pensamento não poderá perceber as próprias limitações de modo natural, e assim permanecer imóvel? Se já tiveram a oportunidade de observar a forma de operar do vosso cérebro, terão com certeza podido perceber que as próprias células cerebrais constituem o conteúdo do passado. Cada célula do

cérebro suporta as lembranças de ontem porque essas recordações conferem enorme sentido de segurança ao cérebro; o amanhã constitui tanto uma incerteza quanto o conhecimento e o passado. Assim, o cérebro constitui o passado e, consequentemente, constitui tempo. Ele só é capaz de pensar em termos de tempo: ontem, hoje e amanhã. O amanhã é uma incógnita, todavia, a ação do passado sobre o presente torna-o mais fiável.

Esse cérebro que foi educado e treinado ao longo de milhares de anos não poderá permanecer completamente imóvel? Por favor, entendam primeiro a questão porque se a compreenderem com todas as implicações que ela denota então perceberão igualmente a resposta incluída na questão, com toda a clareza, sabedoria e inteligência; não fora dela. Se os examinarmos de perto todos os problemas revelarão conter as respostas em si mesmos, e não fora. De modo que a questão trata de sabermos se o cérebro, a mente e toda a sua estrutura orgânica, poderá permanecer imóvel. Existem variados tipos de imobilidade, sabem? Existe a imobilidade do intervalo entre dois ruídos, a mobilidade do espaço entre duas declarações verbais, existe o silêncio que pode ser induzido, o silêncio que resulta da espantosa disciplina e controlo…

Porém, todas essa formas de imobilidade são estéreis; não são silêncio, absolutamente. São, ao contrário, o produto do pensamento que *deseja* tornar-se silencioso, e como tal, ainda se situam na área do pensamento. Como conseguirá a mente- que é isso tudo- permanecer quieta sem motivo nenhum? Porque se usar um motivo para o efeito deve ainda tratar-se da ação do pensamento a operar.

Se desconhecerem a resposta a isso fico radiante, porque a questão exige um tremendo sentido de honestidade.

Para podermos descobrir a existência de algo que seja real e se situe fora desta dimensão, numa outra totalmente diferente, requer-se considerável honestidade, destituída de engano e, consequentemente, ausência de vontade. No momento em que a mente *desejar* descobrir esse estado, tratará de o inventar e deixar-se-á prender pela ilusão, ou por uma visão qualquer. Mas essa visão ou experiência deverá ser uma projeção do passado; conquanto possa ter de encantador e agradável ainda fará parte desse passado. Se percebermos tudo isso com clareza, não só verbal como também realmente, então a questão será a de sabermos se o conteúdo que compõe a consciência, poderá ser esvaziado.

O conteúdo interno, global, da nossa consciência de todos os dias constitui o inconsciente, bem como o consciente: aquilo que pensaram e acumularam, aquilo que receberam por intermédio da tradição, da cultura, da luta, da dor, do sofrimento e do engano. A minha consciência é formada pela totalidade disso, do mesmo modo que a vossa. Mas para podermos descobrir se realmente existe alguma coisa que não pertença a essa dimensão, mas a uma outra completamente diferente, requer-se enorme sentido de honestidade.

O que será a consciência desprovida de conteúdo? Eu conheço apenas a minha consciência pelo seu conteúdo; sou hindu, cristão, budista, católico, comunista, socialista, artista, cientista ou filósofo. Ou estou apegado à minha casa, à minha mulher, ao meu amigo. As conclusões, as lembranças e imagens que reuni ao longo de cinquenta, cem ou dez mil anos, formam esse conteúdo. Esse conteúdo forma a minha consciência do mesmo modo que a vossa, e essa área da consciência representa o tempo, a área do pensamento, a área da medição, da comparação, da avaliação e do julgamento.

E os meus pensamentos situam-se dentro dessa área da consciência- tanto os inconscientes como os conscientes. Todo o movimento que essa área circunscreve situa-se no campo da ação da consciência, e do seu conteúdo. Consequentemente, o espaço que essa consciência contém, com o seu conteúdo, é bastante limitado.

Se pudermos aprender com relação a isso, juntos, isso não será meu mas vosso. Quando forem livres de todos os líderes, de todos os ensinamentos, então a vossa mente estará a *aprender*. E como resultado obterão energia e paixão para descobrir. Mas enquanto seguirem as indicações de alguém perderão toda essa energia.

Assim, o espaço contido na área da consciência — e do seu conteúdo — que perfaz o tempo, é bastante reduzido. Poderão expandi-lo pelo usa da imaginação ou da idealização, utilizando diversos processos para o estirar, a pensar cada vez com maior subtileza e determinação porém, isso ainda fará parte desse espaço da consciência e do seu conteúdo. Todo o movimento empreendido no sentido de o transpor ainda está situado dentro da sua área.

Quando ingerem drogas o resultado ainda constitui uma actividade do pensamento, circunscrito nessa consciência, e quando pensam transpô-lo ainda

se encontram nessa área porque isso não passa de uma ideia, de uma experiência ligeiramente mais intensa dessa consciência. Assim, percebamos o conteúdo que forma o "eu", o ego, a pessoa, a que chamamos indivíduo. Essa consciência, conquanto possa ter sido expandida, sempre deverá conter espaço e tempo restritos.

De modo que quando isso tenta, conscientemente, fazer um esforço para alcançar algo que esteja além de si mesmo, forma um convite inevitável à ilusão. É absurdo decidirmos sair à procura da verdade. E o ensinamento do guru, do "mestre", que diz que "pela simples prática de um método, conseguiremos atingir determinados objectivos", sem entendermos nem esvaziarmos todo o seu conteúdo, assemelha-se à velha situação do cego que conduz outro cego.

A mente é o seu conteúdo. O cérebro constitui o passado, e o pensamento, no seu funcionamento, procede desse passado. O pensamento nunca poderá ser livre nem novo. De modo que isso toca a questão de como será possível que cheguemos a esvaziar esse conteúdo. Não sob a forma de um método, porque no momento em que exercitarem um método que lhes tenha sido aconselhado ou que tenham inventado, isso tornar-se-á num processo mecânico, e como tal, ainda se achará inserido no campo do tempo e espaço limitado. Será que a mente pode perceber os seus próprios limites, e a percepção desses limites constituir o seu término? Será que a mente pode deixar de se interrogar sobre *de que modo* haverá de poder esvaziar o conteúdo que forma a consciência e percebê-lo, apreendê-lo completamente, escutar todo o seu movimento de modo que a própria percepção constitua também o seu findar?

Se percebermos que determinada coisa é falsa, esse tipo de percepção constituirá uma verdade. A simples percepção de termos feito uso da mentira constituirá a verdade. A percepção da inveja que eu sinto constitui a liberdade com relação a ela. Ou seja, só podemos perceber de modo suficientemente claro e observar com clareza, quando não mais subsistir o observador, porque este representa o passado, a imagem, a conclusão, a opinião, o julgamento. Portanto, será que a mente pode perceber com clareza o seu conteúdo e limitação, a falta de espaço e o vínculo da consciência e do seu conteúdo no tempo, sem esforço?

Conseguirão fazê-lo? Só poderão perceber a sua totalidade- tanto o conteúdo inconsciente como o consciente- quando olharem em silêncio, quando o observador estiver completamente em silêncio. O que significa que têm de ter atenção, atenção essa que possui energia. Ao passo que, quando empreenderem esforço para conseguir estar atentos, esse esforço representará uma completa perda de energia. Quando procuram controlar, isso torna-se um desperdício de energia. O controlo implica ajustamento, comparação, supressão- e tudo isso constitui um desperdício de energia. Mas quando há percebimento, há atenção, que representa uma energia total, em que nem sequer um sopro de energia se desperdiça.

Agora, quando olhamos com energia todo esse conteúdo consciente e inconsciente, então a mente esvazia-se. Isto não é uma ilusão minha. Não se trata de algo que eu tenha pensado nem tampouco uma conclusão a que tenha chegado. Mas se chegar a uma conclusão, se eu *pensar* que isso é que está certo, então estarei na ilusão.

Mas, consciente de que se trata de uma ilusão não me atrevo sequer a manifestá-la, porque nesse caso tornar-me-ia semelhante ao cego que conduz o outro cego. Podeis apurar por vós próprios a lógica disso tudo e a sua sensatez se escutarem e prestarem atenção, com o intuito real de querer descobrir.

Como haverá o inconsciente de expor toda a intensidade dos seus conteúdos?

Primeiro, atendam à questão para, a partir daí poderem avançar. Assim como dividimos tudo nesta vida, também dividimos a consciência em consciente e inconsciente. Mas essa divisão, essa fragmentação é induzida pela nossa cultura e educação. O inconsciente possui os seus motivos, a sua herança racial e experiência. Mas será que não conseguimos expor isso à luz da inteligência e da percepção? Se considerarem a questão, de que modo o farão?

Como um analista que procura analisar determinado conteúdo- o que, portanto, imprimirá a divisão, a contradição, o conflito e a tristeza? Ou colocam a questão com base no desconhecimento da resposta? Isso é muito importante. Porque, se se interrogarem com toda a honestidade e seriedade

sobre o modo como poderão expor toda essa estrutura oculta da consciência, sem realmente conhecerem a resposta, nesse caso estarão a aprender.

Porém, se procederem a partir de uma conclusão ou opinião qualquer, nesse caso estarão a acercar-se disso com uma mente que já pressupõe juízo formado — sobre se existe ou não resposta.

Podem ter tido conhecimento disso através de um filósofo ou psicólogo um analista qualquer porém, não se tratará de um conhecimento *vosso*, mas deles; tratar-se-á da vossa interpretação ou tentativa de compreensão, e não daquilo que é real. Porque, que passará a existir quando a mente assumir o seu desconhecimento? Quando referimos "não saber", o conteúdo deixa de possuir toda a importância e nesse caso a mente possuirá frescura. Somente a mente renovada é capaz de dizer: "Eu não sei".

De modo que, quando o dizemos, não apenas de forma verbal nem por uma questão de diversão mas com uma intensidade e sentido de honestidade, esse estado da mente que não sabe esvazia-se da sua consciência e do seu conteúdo. É o saber que forma o conteúdo, entendem? Mas se a mente nunca afirmar que sabe, preserva-se renovada, viva, activa, de modo que não terá ancoradouro. Só quando permanece ancorada é que emite opiniões, conclusões e separação. Isso é meditação. Ou seja, a meditação consiste em percebermos a verdade *a cada segundo que passa*- não a verdade final, absoluta- mas perceber o verdadeiro e o falso, a cada segundo que passa.

Perceber a verdade de que o conteúdo forma a consciência- isso é toda a verdade. Perceber a verdade de que desconheço de que modo devo lidar com isso- esse desconhecimento é a verdade. Portanto, esse não-saber, é o estado em que não existe nenhum conteúdo.

É incrivelmente simples. Mas sempre poderão opor-se a isso com as suas exigências de algo mais complicado, arguto, bem fundamentado, e desse modo objectar com a oposição de quem não quer perceber uma coisa tão incrivelmente simples e maravilhosa.

Poderá a mente — que é o cérebro — perceber a sua própria limitação, a limitação do tempo e a limitação do espaço, que constitui também a sua escravidão? Porque enquanto vivermos dentro desse espaço limitado e desse movimento de vínculo ao tempo terá de haver sofrimento, desespero

psicológico, esperança e toda a ansiedade que se segue. Se a mente conseguir perceber a verdade disso, que será então do tempo? Não sucederá então uma mente indescritível por ser intocada pelo pensamento? Tínhamos dito que o pensamento é medição (ponderação entre diversos factores) e tempo.

E nós vivemos em função das medidas, toda a estrutura do nosso pensar se baseia na medida, que forma a comparação. Mas o pensamento como medida tenta ir mais longe, para além de si mesmo, a fim de descobrir por si mesmo a existência de algo que não seja mensurável. Mas a verdade reside em percebermos a falsidade que isso constitui. A verdade está em percebermos o falso, como acontece quando o pensamento *procura* aquilo que não é mensurável nem pertence ao tempo nem ao espaço do conteúdo da consciência.

Quando nos interrogamos sobre tudo isso e vamos aprendendo à medida que avançamos, então a nossa mente e o cérebro tornam-se incrivelmente quietos, sem necessidade nenhuma de disciplina nem professor, guru ou sistema que no-lo proporcione.

Presentemente, existem muitos tipos de meditação, no mundo. O homem é excessivamente ganancioso e está sempre ansioso por experimentar algo que desconhece completamente. E uma das coisas actualmente em moda é o ioga, que foi trazido para o ocidente como uma forma salutar, jovial e alegre de ajudar as pessoas a descobrir Deus — actualmente toda a gente se deixa envolver por isso. Como também se busca o oculto, por ser um assunto muito excitante. Mas para a mente que busca a verdade e a compreensão integra da vida, e é capaz perceber o falso como falso e a verdade no falso, o que antes era oculto torna-se bastante óbvio. E assim essa mente não quererá imiscuir-se nisso.

Pouco importa que eu possa ler os vossos pensamentos ou ter percepção de anjos, de fadas, ou tenha visões. Sempre estamos à procura de algo misterioso e não percebemos o imenso mistério que constitui a vida; o mistério que o amor pela vida encerra. E não percebendo isso perdemos o nosso tempo com coisas sem importância. Quando tiverem posto fim a tudo isso poderá surgir a questão primordial de saber se existirá alguma coisa que não seja passível de ser descrita. Existirá alguma coisa que não pertença ao tempo e que constitua um imenso espaço, sem fronteiras?

Porque, quando o nosso espaço se torna limitado nós adquirimos vícios de diversa ordem, tornamo-nos violentos e sentimos vontade de partir tudo. Vocês necessitam de espaço porém, a mente, o pensamento não pode conferir-lhes esse espaço. Só quando o pensamento permanecer quieto poderá existir esse espaço destituído de limites. E só a mente que se acha em completo silêncio poderá saber — ter consciência e não saber — ter consciência da existência — ou não existência — de algo que esteja para além de toda a medida.

E isso é tudo o que é sagrado — e não as imagens, nem os rituais, os salvadores, os gurus, as visões. Só isso a que a mente acedeu sem perguntar — porque em si mesma está completamente vazia — só isso é sagrado. Só naquilo que se acha vazio pode ocorrer uma coisa nova.

17 Set. 72